கடுக்காய், வல்லாரையின் தனிமாண்பு

(கடுக்காய், வல்லாரைப் பிரபாவ போதினி)

ஆசிரியர்:

ஹக்கீம் பா.முகம்மது அப்துல்லா சாயபு

வெளியீடு:

சித்த மருத்துவ பாடநூல் வெளியீட்டுப் பிரிவு

இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதித் துறை

சென்னை - 600 106.

கடுக்காய், வல்லாரையின் தனிமாண்பு

(கடுக்காய், வல்லாரைப் பிரபாவ போதினி)

ஆசிரியர்:

ஹக்கீம் பா.முகம்மது அப்துல்லா சாயபு அவர்கள்

சித்த மருத்துவ பாடநூல் வெளியீட்டுப் பிரிவு

இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதித் துறை

சென்னை - 600 106.

நூலடைவு

நூலின் பெயர்	: கடுக்காய், வல்லாரையின் தனிமாண்பு (கடுக்காய், வல்லாரைப் பிரபாவ போதினி)
நூல் ஆசிரியர்	: ஹக்கீம் பா.முகம்மது அப்துல்லா சாயபு
வெளியிட்டோர்	: இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித் துறை சென்னை - 600 106
பதிப்பு ஆண்டு	: 1914, 1975, 1992, 2018
பதிப்புரிமை	: © தமிழ்நாடு அரசு
நூல் வடிவம்	: RA 1/8
அச்சுத்தாள்	: 70 GSM மேப் லித்தோ - வெள்ளை
அட்டைக் கட்டுமானம்	: Perfect Binding
எழுத்துக்கள்	: 12 புள்ளி
மொத்த பக்கங்கள்	: 173
பிரதிகள்	: 500
நூலின் விலை	: ரூ. 90/-
அச்சிட்டோர்	: அரசு மைய அச்சகம் சென்னை - 600 079.
வடிவமைப்பு	: **SHARK DESIGNING CENTRE** Kodambakkam, Chennai - 600 024. Phone: +91 90250 44447, 89460 29007

இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதித் துறை

சென்னை — 600 106.

சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுப் பிரிவு

நூலாக்கப் பணிக்குழு

பதிப்பாசிரியர்

மரு.ப.பார்த்திபன், M.D. (சித்தா)

இணை இயக்குனர்,
இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதித் துறை,
சென்னை - 600 106.

மெய்ப்புத் திருத்துனர்

மரு. தி. சு. நாகராஜன், M.D. (சித்தா)

உதவி சித்த மருத்துவ அலுவலர்
அறிஞர் அண்ணா அரசு இந்திய மருத்துவமனை,
அரும்பாக்கம், சென்னை - 600 106.

கூர்ந்தாய்வு மருத்துவ அலுவலர் (பொறுப்பு)

மரு. ஜெ.பி. வெண்தாமரைச் செல்வி, M.D. (சித்தா)

திருமதி. த.லட்சுமி

(சுவடி நகல் எடுப்பவர்)

மரு.கி. செந்தில் ராஜ், இ.ஆ.ப
இயக்குநர்,
இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதி துறை,
அரும்பாக்கம், சென்னை — 106.

வாழ்த்துரை

கடுக்காய் வல்லாரையின் தனிமாண்பு (கடுக்காய், கல்லாரைப் பிரபாவ போதினி) என்ற இந்நூல் ஹக்கீம் பா. முகம்மது அப்துல்லா சாயபு அவர்களால் மிகச் சிறந்த முறையில் தொகுக்கப்பட்டுள்ளது.

சித்த மருத்துவ முறையில் தாயை விடச் சிறப்பாக உடலைப் பேணும் மூலிகை என்ற சிறப்பைக் கடுக்காயிற்கு மட்டும் நம் சித்தர்கள் வழங்கியிருப்பது கடுக்காய் ஏப்பேற்பட்ட சிறப்புடை மூலிகை என்பதை நமக்கு விளங்குகின்றது.

அப்பேற்பட்ட கடுக்காய் அவற்றின் வகை, தனிச் சிறப்பு, பொது குணம், பயன்பாடு பற்றி மிகச் சிறப்பாக இந்நூலின் ஆசிரியர் விளக்கி உள்ளார்.

மேலும் வல்லாரைக் கீரையின் தனிமான்பு, மருத்துவ பயன்பாடு, வல்லாரை துவையல், வல்லாரை நவரத்தின சட்டினி என பொது மக்களுக்கும் பயன்படும் வகையில் வல்லாரையின் செய்முறைகளை இந்நூல் ஆசிரியர் மிக எளிமையாக விவரித்துள்ளார்.

இந்நூலின் மறுபதிப்பை வெளிக் கொண்டு வர பெரிதும் உறுதுணையாக இருந்த இணை இயக்குநர் மரு. பேரா. ப. பார்த்திபன் M.D அவர்களுக்கும் நூலாக்கப் பணிக் குழுவிற்கும் எனது மனமார்ந்த பாராட்டுக்களைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

மரு. கி. செந்தில் ராஜ், இ.ஆ.ப.

மக்கள் நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சர்
மாண்புமிகு
பேராசிரியர் க.அன்பழகன், எம்.ஏ.
அவர்கள் அளித்த

அணிந்துரை

மூன் தோன்றிய - மூவா மொழியாம் தமிழுடனும் அதன் நாகரிகத்துடனும் பிறந்து வளர்ந்த - சித்த மருத்துவத்தின் நன்மையும் மேன்மையும் உலகம் என்றும் இழந்து விடாது காப்பது நம் கடன். தமிழகத்திலும் பிற தென்மாநிலங்களான திராவிடத்திலும் சித்த மருத்துவம் இன்றும் பலரால் - வழிவழியாகவும் கற்றறிந்தும் - கையாளப்பட்டு வரினும் அதன் சிறப்பும் புகழும் நிலைபெறுதற்கு நாம் ஆற்ற வேண்டிய பணிகள் பலவாகும். தமிழக அரசின் ஆதரவாலும் இத்துறை வல்லுநர்களின் முயற்சியாலும் - மருத்துவ முறைகளுள் சித்த மருத்துவமும் இடம் பெற்று வளருகிறது. எனினும், அதன் தனிச் சிறப்புகள் அறிவியல் ஆய்வாளர்கள் ஒப்புக்கொள்ளுமாறு ஆய்வுகள் மூலம் நிலைநிறுத்தப்பட்டாக வேண்டும் என்பதை நாம் கருத்தில் கொண்டு செயற்படவேண்டும், அந்த நிலை உருவாவதற்கு - ஓலைச் சுவடிகளாகவும் - ஒரு காலத்தில் அச்சேறியும் இன்ற கிடைத்தற்கரிதாகவும் உள்ள நூற்றுக்கணக்கான சித்த மருத்துவ நூல்கள் - உடனடியாகப் பதிப்பிக்கப்பட வேண்டும். இவை வெளிவந்தால்தான், இன்று சித்த மருத்துவம் பயிலும் மாணவரும், இளம் மருத்துவரும், அவற்றைப் பயின்று பயன்பெற இயலும். மருந்து செய்முறைகளை ஒப்புநோக்கி உண்மை தெளியவும், மருந்துகளின் தரத்தை உறுதிப்படுத்தவும், அரிய மூலப் பொருள்கள் கிடைக்காத

விடத்து மாற்று மூலப் பொருள்களைக் கொண்டு மருந்து செய்திடவும், மருந்து உற்பத்தியைப் பல மடங்காகப் பெருக்கி மக்களுக்குப் பரவலாகக் கிடைக்கச் செய்யவும் வாய்ப்பாகும்; பரவலாக எங்கும் எளிதில் கிடைப்பதால் செல்வாக்குப் பெற்றுள்ள அலோபதி மருந்துகட்கு ஈடுகொடுத்து மக்களிடம் செல்வாக்குப் பெறவும் முடியும்.

எனவே, சித்த மருத்துவ நூல்கள் வெளியிடும் முயற்சிக்குத் தகுந்த நிதி உதவி வேண்டும் என்னும் எனது வேண்டுகோளை இசைவுடன் ஏற்று அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் அறங்காவல் - அதன் தலைவர் திரு. பு. மனோகரன் அவர்களும் - இதற்காக இரண்டு இலட்சம் ரூபாய் நிதி ஒதுக்க முன் வந்ததுடன் சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுக்கென டாக்டர் இரா. தியாகராசன், எல்.ஐ.எம். அவர்களைத் தலைவராகக் கொண்ட ஒரு குழுவையும் அமைத்துச் செயல்படுத்தலாயினர்.

இக்குழுவின் தலைவரும் உறுப்பினர்களும், ஆர்வத்துடன் ஈடுபட்டு ஆற்றிவரம் நற்பணியும் - பல்வேறு வகையிலும் அவர்கட்குத் துணைநிற்போர் ஆற்றும் பணியும் - இந்திய மருத்துவத் துறை இயக்குநர் டாக்டர் பு.மு. வேணு கோபால் அவர்களின் இயக்கவித்திடும் திறனும் எனது பாராட்டுக்குரியனவாகும்.

பழநி திருக்கோயில் அறங்காவலர் குழுவினருக்கும், அக்குழுவின் தலைவருக்கும் எனது நன்றியும் பாராட்டும் உரியனவாகும்.

இந்த நூல் வெளியீட்டுக் குழுவினரால் தேர்ந்தெடுக்கப் பெற்று முதல் வெளியீட்டில் 20 ஆம் எண்ணுள்ள நூலே இக் கடுக்காய், வல்லாரையின் தனி மாண்பு ஆகும். இன்று கிடைக்காத பதிப்பாக உள்ள இந்த மருத்துவ நன்னூல் வெளிவருவது மிகுந்த பயன் தர வல்லதாம்.

இந்நூலின் ஆசிரியர் - சித்த மருத்துவ வல்லுநர் ஹக்கீம் பா. முகம்மது அப்துல்லா சாயபு அவர்கள் இளமை முதலே தமது முன்னோர்தம் மருத்துவக் கலையைப் பொன்னேபோல் போற்றிப் பயின்று தொடர்ந்து பல ஆண்டுகள் பாடுபட்டுப் பயன்படுத்தித் தேர்ந்து தெளிந்து - உலகோர்க்குப் பயன்பட வேண்டும் என்னம் உயர்ந்த நோக்கத்துடன் அரிய சித்த மருத்துவ நூல்கள் பலவற்றை இயற்றி வெளியிட்டுள்ளார். இச்செயல்களின் பெருமை அவரையே சாரும்.

மறைபொருளாய்ப் பேணப்பட்டு அதனாலேயே உருவழித்து மறைந்து போவதற்கு ஆளாகிவிட்ட சித்தமருத்துவ உண்மைகள் - இருட்டறையிலிருந்து வெளிக்கொணரப்பட்டு - ஒளி காண்பதற்கு வழிகண்ட வல்லுநரில் அவர் தலைசிறந்தவர் என்பது மிகையாகாது.

தெளிவுடனும், துணிவுடனும், அறிவுடனும், ஆற்றலுடனும், நெறியுடனும், பொறுப்புடனும் எளிய இனிய தமிழில் இத்தனை நூல்களை இயற்றியமைக்கு, சித்த மருத்துவ உலகம் ஹக்கீம் அப்துல்லா அவர்கட்கு எந்நாளும் நன்றி செலுத்தும் கடப்பாடுடையதாகும்.

அவர் இயற்றிய அனுபோக வைத்திய நவநீதம் முதற் பாகத்தின் முகவுரையே சித்த மருத்துவத்தின் அக்கால நிலைமை விளக்கமாகவும், நம்மவர் கடமையை எடுத்துக் காட்டுவதாகவும் அமைந்துள்ளதைக் காண்க.

"மிகக் கொடிய நோய்களையும், அறத்தீர்க்கும் பற்பம் செந்தூரமாகிய முறைகள், நமது நாட்டு மருத்துவத்தில் இருப்பது போல மற்ற மருத்துவத்தில் இல்லையென நமது மருத்துவ நூல் பயிற்சியுள்ள ஐரோப்பிய மருத்துவர்கள் மனப்பூர்வமாக ஒப்புக் கொள்கிறார்கள். ஆங்கில மருத்துவம், நாட்டு மருத்துவம் ஆகிய இரண்டிலும் சிறப்புள்ளவர்களான சிறந்த பண்டிதர்களின் தீர்மானமாவது:

"அறுவை செய்தல் முதலிய இரண மருத்துவத்தில் ஆங்கில முறை வைத்தியம் மிகவும் மேலானது. மற்ற நோய்களின் மருத்துவத்தில் தற்கால சாந்தியாச் செய்வதிலும் ஆங்கில வைத்தியமே அதிகம் சிறந்தது; ஆனால், நாட்பட்ட நோய்களையும் பெரிய நோய்களான குன்மம், நீரிழிவு, சயம், எருவாய் நோய், பாண்டு, மந்தாக்கினி, மேகம், தாது இழப்பு முதலிய கடின நோய்களையும் அறத் தீர்ப்பதற்கு நாட்டு மருத்துவ முறைகளே மிக மேன்மையானவை. அவற்றுள்ளும் முறைக் கிரமமாகச் செய்யப்பட்ட பற்ப செந்தூரங்களே மிக மேன்மை பெற்றவை" என்பதே.

இந்த அபிப்பிராயமானது மிகவும் சரியானதெனவும் உத்தமமானதெனவும் அதிகம் வாய்மையானதெனவும் சிறந்த மருத்துவர்களான ஒவ்வொருவரும் முழுமனதோடு ஏற்றுக் கொள்வார்கள்.

இக்கூற்று உண்மையானது, நவீன கருவிகள் வளர்ச்சியால் ஆலென வளர்ந்து அடர்ந்து நிற்கும் அலோபதி மருத்துவமும் ஏற்கும் வண்ணம் நடைமுறையில் செயல்படுத்தி காண்பிக்கும் வல்லமையும், ஆராய்ச்சி முறையில் சான்றுகளை உருவாக்கும் முயற்சியும் ஓங்க வேண்டும் என்பதே எனது பேரவா. இந்த உயர்ந்த நோக்கத்துக்கு உறுதுணையாகுமாறு - மருந்து செய்முறைகளை - அரிய நூல் வடிவத்தில் வழங்கிச் சென்ற - ஹக்கீம் பா. மு. அப்துல்லா சாயபு அவர்களின் தொண்டு,

"செயற்கரிய செய்வார் பெரியர் சிறியர்
செயற்கரிய செய்கலா தார்."

என்னும், குறள் கூறும் பெரியருக்குச் சிறந்த ஒரு எடுத்துக்காட்டு ஆகும்.

இந்த நூல்களின் வெளியீடு மேலும் பல நூல்களை வெளியிடும் முயற்சியில் ஈடுபட்டுள்ளோரை ஊக்கப்படுத்து வதற்கத் துணை செய்வதாகும் என நம்புகிறேன். அவர்தம் முயற்சி வளர வாழ்த்துகின்றேன்.

சென்னை

20.3.1975 **க. அன்பழகன்**

இரண்டாம் பதிப்பின் முன்னுரை

உலக மொழிகளில் மிகப் பழமையானது தமிழ்மொழி; தமிழ் மருத்துவ முறையும் அத்தகைத்தே. இம்மருத்துவ முறையைத் தோற்றுவித்தவர் சித்தர்கள் எனப்படுவர். ஆகையால், இம்மருத்துவத்திற்குச் சித்த மருத்துவமென்று பெயர் அமையலாயிற்று. இச்சான்றோர்கள் தாம் கண்ட உண்மைகளையும் மருத்துவ நுணுக்கங்களையும் மருந்து சரக்குகளின் குணம் முதலானவைகளையும் மாணவர்கள் பலரை ஏற்று ஓதியும் ஓதுவித்தும் பற்பல ஏடுகளில் பதிவு செய்து உலகோர்க்கு உதவி செய்து தம் மருத்துவ முறைகளைப் பரப்பி வந்தார்கள்.

காலப்போக்கில், சிறிது சிறிதாய் இயற்கையின் - நிலநடுக்கம், கடற்கோள் போன்ற - சீற்றம் காரணமாகவும், வெளிநாட்டார் படையெடுப்பு, சிதலை, இராமபாணம் போன்றவைகளின் தாக்குதலாலும் பல ஏடுகள் அழிந்தவை போக மிகுந்தவைகளில் சில, மேலை நாட்டு நூல் நிலையங்களுக்கு எடுத்துச் செல்லப்பட்டன எனக் கூறப்படுகின்றது. இன்னும், எஞ்சியுள்ள ஏடுகளாலும், அம்மருத்துவக் கலையைத் தொன்றுதொட்டு கையாண்டுவரும் மருத்துவர்கள் வாயிலாகவும் பல நூற்றாண்டுகளாக அதன் அடிப்படை உண்மை, தனித் தன்மை காரணமாகவும் சித்த மருத்துவம் அழியாது நிலைபெற்றிருக்கிறது.

தஞ்சையை ஆண்ட மராட்டிய மன்னர் சரபோஜி அவர்களின் ஆட்சிக் காலத்தில் சித்த, ஆயுர்வேத, யூனானி மருத்துவ ஏடுகள் எல்லாம் சரசுவதி மகால் நூல் நிலையத்தில் அரியணை ஏறின. மருத்துவப் புலவர்களின்

அனுபவங்கள் ஏடுகளில் ஏறி ஏமமுற்றன. மருத்துவம் செய்முறையும், பிணித் தீர்வும் அவர் ஏற்படுத்திய தன்வந்திரி மகாலில் மறுமலர்ச்சியுள்ளன. அவர் ஆட்சிக்குப் பின் சித்த மருத்துவம் அரசு ஆதரவை இழந்து பழையபடி குடிமக்களின் ஆதரவு கொண்டு ஆங்காங்கு வழக்கில் இருந்து வரலாயிற்று.

மிக அண்மையில் வெள்ளையராட்சிக் காலத்தில் நீதிக்கட்சிச் சார்பில் முதல் அமைச்சராகப் பணியாற்றிய பனகல் அரசர் 1924இல் இந்திய மருத்துவப் பள்ளியைத் தோற்றுவித்து, பல கிராம மருத்துவ மனைகளையும் அமைத்து இயங்கச் செய்து சித்த மருத்துவம் முதலான இந்திய மருத்துவ முறைகளின் மறுமலர்ச்சிக்கு வித்தூன்றினார். அக்காலத்தில் மேற்படி கல்வி நிலையத்தில் பயிலும் மாணவர்களுக்கு அமைந்த பாடத் திட்டப்படி கற்பிக்கப் போதிய பாடப்புத்தகங்களும் முதல் (மூல) நூல்களும் இல்லாக் குறையை ஓர்ந்து பாடப் புத்தகக் குழுவை அரசு அமைத்தது. அந்நாள் சித்த மருத்துவத்துறை தலைமை ஆசிரியராய் இருந்த பண்டிட் வைத்திய ரத்னம், மருத்துவ சிரோன்மணி காலஞ்சென்ற திரு.ச.ச. முருகேச முதலியார் அவர்கள் குணபாடம் (மூலிகை வகுப்பு) என்னும், நூலை தன் சொந்த முயற்சியால் இயற்றி அரசினர்க்கு நன்கொடையாக அளித்து வெளியிடச் செய்தும் குழுவினர் அரசு வழி வெளியிட்ட நஞ்சு நூல், பாலவாகடம் என்ற நூல்களைப் பார்வையிட்டும் உதவினார். அக்குழுவினர் நூற்றுக்கு மேற்பட்ட மருத்துவச் சுவடிகளையும் அச்சிட்ட நூல்களையும் சேகரித்து ஒரு நூல் நிலையம் ஏற்படுத்தினர்.

மேற்படி பள்ளி, கல்லூரியாக மிளிர்ந்த போது, அந்நாள் கௌரவ இந்திய மருத்துவ இயக்குநராகப் பணியாற்றிய டாக்டர் மரா.குருசுவாமி முதலியார், ஊக்கம் கொடுத்தமை காரணமாக 1950இல் சித்த மருத்துவம், மருத்துவாங்கச் சுருக்கம், நோயில்லா நெறி, குணபாடம் (மூலிகை வகுப்பு), தாது சீவ வகுப்பு என்ற நூல்களும் அப்போது பணிபுரிந்து வந்த கல்லூரி விரிவுரையாளர்களைக் கொண்டு எழுதுவித்து அரசுவழி வெளியிடப் பெற்றன.

அக்கல்லூரி நிகழ்ந்த காலத்திலும் பின்னர்ப் பாளையங் கோட்டைக் கல்லூரி தோன்றிய பின்னுங்கூட பாட நூல்களும் துணை நூல்களும் நிரம்பாமை பெருங்குறையாக நீடித்து வருவதாயிற்று.

ஆகவே, பண்டைய சித்த மருத்துவ ஓலைச்சுவடிகளையும் கையேடுகளையும், ஒரு முறை அச்சாகிப் பின் விற்பனைக்குக் கிட்டாத புத்தகங்களையும் சேகரிக்கவும், மருந்து செய்முறை அட்டவணை தயாரிக்கவும், பாட நூல்கள் வெளியிடவும் ஆகிய பணிகள் செய்ய *(Pharmacopoea Cemmittee 1966 G.O. Ms.No.2163. dated. 23-08-60)* ஒரு குழுவும், சித்த மருத்துவக் கல்வி மற்றும் - பாட நூற் குழு ஒன்று *(G.O. Ms. No. 1060, health dated 13-06-1956)* ஒரு குழுவும் திருவருட்பா, திருப்புகழ் முதலியவைகளில் உள்ள மருத்துவப் பகுதிகளை ஆய்வதற்காக ஒரு குழுவும் என தமிழக அரசு குழுக்களை ஏற்படுத்தியது. அதன் விளைவாக அறுவை மருத்துவம், சூல் மருத்துவம் என்ற நூல்கள் வெளிவந்தன.

மீண்டும் விரைவில் பயன் காணவேண்டி 1973ஆம் ஆண்டு அக்டோபர் திங்கள் 15ஆம் நாள் தமிழக அரசினர்

மேற்கூறிய குழுக்களை ஒருங்கிணைத்துச் சித்த மருத்துவ அறிவியல் வளர்ச்சிக்குழு என்னும், ஒரு குழுவைத் *(G.O. Ms. No. 2751, dated 23-10-1973)* தோற்றுவித்தார்கள். அக்குழுவின் பணிகளாவன, சித்த மருத்துவ அரிய சுவடிகள், கையேடுகள், அச்சாகிய பழைய நூல்கள் ஆகியவைகளைச் சேகரித்துப் பாதுகாத்தல்; ஓலைச்சுவடிகளை ஆய்ந்து கையெழுத்துப்படி, தட்டெழுத்துப்படி முதலியவைகளை எடுத்து அச்சியற்றி வெளியிடல், ஒருமுறை அச்சில் வெளிவந்து விற்பனைக்குக் கிடைக்கப் பெறாத நூல்களை வெளியிடல் என்பனவாம். அதன்படி இக்குழுவினர் இதுவரை 400 சுவடிகளையும் 100 கையெழுத்துப் பிரதிகளையும், 230 அச்சான பழைய நூல்களையும் சேகரித்துள்ளனர்.

இக்குழுவினர் தாம் மேற்கொண்ட பணிகளைச் செயலாற்ற இந்திய மருத்துவத்துறை இயக்குநர் அலுவலகத்தில் ஒரு தனி அலுவலரையும் அதற்கு உதவியாளர்களையும் நியமித்துள்ளனர். அவர்கள் நூல்களைப் படியெடுத்தும் திருத்தம் செய்தும் அச்சியற்றத் தக்க வகையில் செய்து வருகின்றனர்.

அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் நிதியிலிருந்து சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுக்கென்று ஒதுக்கப்பட்ட இரண்டு இலட்சம் ரூபாயைக் கொண்டு மேற்படி நூல்களை நடைமுறைச் சிக்கல்களைத் தவிர்த்து வெகு விரைவில் வெளியிட மேற்படி சித்த மருத்துவ அறிவியல் வளர்ச்சிக் குழுவிலுள்ள உறுப்பினர் சிலருடன் அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் அறங்காவலர் குழுத்தலைவர் உயர் திரு.பு. மனோகரன் அவர்களையும் மேற்படி திருக்கோயில்

நிர்வாக அதிகாரியையும் கொண்டு அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுக் குழு ஏற்படுத்தப்பட்டது. அக்குழு முடிவெடுத்தபடி முதல் வெளியீட்டு வரிசையில் 20ஆம் எண்ணுள்ள கடுக்காய், வல்லாரையின் தனிமாண்பு என்னும், இவ்வுரைநடை நூலின் ஆசிரியர் ஹக்கீம் பா. முகம்மது அப்துல்லா சாயபு ஆவார். இவர் சென்னை, ஜார்ஜ்டவுனில் அப்பு மேஸ்திரி தெருவில் 12ஆம் எண்ணுள்ள வீட்டில் வாழ்ந்தார். இவர் த:சை மன்னர் சரபோஜி அவர்களின் தன்வந்திமகாலை அலங்கரித்த மருத்துவர் ஒருவரின் வழித்தோன்றல் ஆவார். இவர் பரம்பரை மருத்துவர், சித்த, யூனானி ஆகிய இரு முறைகளிலும் கைபாகம், செய்பாகம், நோய்த்தீர்வு முதலிய எல்லாக் கலைகளிலும் மிக்கத் தேர்ச்சி பெற்றவர். இவர் தனக்குச் சொந்தமாக மருத்துவமனையும், மருந்துசெய்சாலையும், அச்சகமும் நடத்தி வந்தார்.

இவர் கடவுள் நம்பிக்கை, பிறர்நலம் பேணல், கொடை, பரிவு ஆகிய நற்பண்புகள் நிறைந்தவர். சர். உஸ்மான் சாயபு அவர்களின் நெருங்கிய உறவினராவார்.

இவர் ஐம்பதுக்கும் மேற்பட்ட மருத்துவ நூல்களை உரைநடையில் இயற்றி வெளியிட்டதுடன், தேரையர் யமகம், தேரையர் கரிசல், அகத்தியர் இலக்க சௌமியசாகரம், அகத்தியர் மகா திராவகம் போன்ற முதல் (மூல) நூல்களையும் வெளியிட்டுள்ளார். இவருக்குப் பின் இவரது நூல்களை மறுமுறை பதிப்பித்து வெளியிடுவோரின்மையால் அவை கிட்டுவது அரிதாயிற்று.

ஆகவே, இவரது கடுக்காய் பிரபாவ போதினி, வல்லாரைப் பிரபாவ போதினி என்ற இரு நூல்களின் முன் பதிப்பிலிருந்த தமிழ் இலக்கங்களை நீக்கி ஆங்கில இலக்கங்களாக மாற்றி, பழைய எடுத்தளவைக்கு சரியான மெட்ரிக் எடையை இணைத்துப் பிழைகளைத் திருத்தம் செய்து கடுக்காய், வல்லாரை தனிமாண்பு என்ற பெயரில் ஒரே நூலாக வெளியிடப்படுகிறது. இந்த நூலின் பெருமை அவைகளைக் கற்று மருந்துழைச் செல்வார்க்கு மிக நன்றாக விளங்கும். இந்நூலின் பழைய முகவுரையின் வாயிலாக இதன் மேன்மை தெரிய வரும்.

மேற்கண்ட அரிய நூலின் வெளியீட்டுப் பணிக்குப் பெருந்தொகை தேவைப்படுவதால் இப்பெரும்பணியை விரைவில் செயல்படுத்த உளங்கொண்ட நம் தமிழக அரசின் நல்வாழ்வுத்துறை அமைச்சர் மாண்புமிகு பேராசிரியர் உயர்திரு. க. அன்பழகன், எம்.ஏ., அவர்கள் பேரார்வங்கொண்டு மேற்படி பணி முட்டின்றி முடிவதற்கு அரசு நிதியிலிருந்து ஆண்டொன்றுக்கு ஐம்பதாயிரம் ரூபாய் வழங்க ஆணை பிறப்பித்து மேலும், அருள்மிக பழனி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் அறங்காவலர் குழுத் தலைவர் உயர்திரு. பு. மனோகரன் அவர்களைக் கொண்டு முதல் தவணையாக மேற்படி திருக்கோயில் கருவூல நிதியிலிருந்து இரண்டு இலட்சம் ரூபாயை ஒதுக்கி வழங்கச் செய்தமையும், சித்த மருத்துவ நூல்கள் விரைவில் வெளியாக வாய்ப்புத் தேடித் தந்தமையும் காலஞ்சென்ற திரு. டாக்டர் ஜி.டி. நாயுடு அவர்களைக் கொண்டு, காலஞ்சென்ற திரு. டி. வி. சாம்பசிவம் பிள்ளையவர்கள் தொகுத்து வைத்திருந்த மருத்துவப் பேரகராதியின் முதல் மூன்று பகுதிகளையும் பிற சித்த

மருத்துவ இலக்கிய நூல்களையும் அச்சிட்டு வெளியிடச் செய்தமையும் அமைச்சர், பெருமகனார் சித்த மருத்துவ மறுமலர்ச்சிக்கு முழுமனதுடன் ஆற்றிவரும் செயற்கரிய ஆக்கச் செயல்களாகக் கூறப் பெருமிதமடையலாம். இதற்குத் தமிழகம் என்றென்றும் நன்றி செலுத்தக் கடமைப்பட்டுள்ளது.

அருள்மிகு பழனி தண்டாயுதபாணி சுவாமி திருக்கோயில் அறங்காவலர் குழுத் தலைவர் உயர்திரு. பு. மனோகரன் அவர்கள் தமக்குள்ள பற்பல அறப்பணிகட்கிடையேயும் இக் குழுவின் கூட்டங்களில் பங்கு கொண்டு,நூல் வெளியீட்டுக்கான பற்பல வழிமுறைகளையும் ஆலோசனைகளையும் வழங்கி வெளியீடு இடையீடின்றி முடிந்திட ஊக்கமும் ஆக்கமும் பெற்றுத் தங்குதடையின்றி நூல்கள் வெளிவர மேற்படி திருக்கோயில் நிதியிலிருந்து மேற்படி அறங்காலவர் குழுவினரைக் கொண்டு முதல் தவணையாக இரண்டு இலட்ச ரூபாய் வழங்கச் செய்ததோடு, சித்த மருத்துவக் கல்லூரி ஒன்று பழநியில் தோற்றுவிக்க உடன் பட்டமைக்கும், சென்னையில் மத்திய சித்த மருத்துவ நூலக மொன்றை நிறுவக் கட்டடம் கட்டித்தர முயன்று வருகின்றமைக்கும், இக்குழுவினரும், இதில் பணியாற்றி வருபவர்களும் என்றும் நன்றி செலுத்தக் கடமைப்பட்டவர் ஆவார்கள்.

மேற்படி அறங்காவலர் குழுத் தலைவர் அவர்களுக்கு உறுதுணையாக இருந்து ஒத்துழைத்துவரும் மேற்படி திருக்கோயில் நிர்வாக அதிகாரியாகிய உயர்திரு. வி. எஸ். கோதண்டபாணி, பிஎஸ்ஸி, அவர்களுக்கும் இப்பணிகள் நிறைவுபெற ஆக்கிய தீர்மானங்களுக்கு ஒப்புதல் அளித்துவரும் இந்து சமய அறநிலையப் பாதுகாப்புக்

குழுத் தலைவர் உயர்திரு. நரசிம்மன், ஐ.ஏ.எஸ். அவர்களுக்கும் இக்குழுவினரின் உளங்கனிந்த நன்றி உரித்தாகும்.

இக்குழுவினர் பணியாற்றுவதற்கு ஏற்ற இடவசதியும் பிற வசதிகளும் தம் அலுவலகத்தின் ஒரு பகுதியில் கொடுத்து, பணி இடையீடின்றி நடைபெற வேண்டிய ஆலோசனைகளும் ஊக்கமும் அளித்துவரும் இந்திய மருத்துவத்துறை இயக்குநர் உயர்திரு. டாக்டர் பு. மு. வேணுகோபால், எச்.பி.ஐ.எம்., அவர்களுக்கு எங்கள் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கின்றோம்.

அடக்க விலையில், மிக விரைவில் அச்சடிக்கும் தாள்கள் சேஷசாயி பேப்பர் மில்சாரிடமிருந்து கிடைக்கும்படி செய்த முத்தமிழ்க் காவலர் உயர்திரு. கி. ஆ. பெ. விசுவநாதம் அவர்களுக்கு இக்குழு நன்றி தெரிவிக்கக் கடமைப்பட்டுள்ளது.

மற்றும், இந்நூல்களை அச்சியற்ற ஏற்ற வண்ணம் மூலப்படிகளைத் திருத்தம் செய்வித்தும், அச்சுப்படிகளைத் திருத்தம் செய்தும் பின்சேர்க்கையாகத் தாம் அறிந்த சில உண்மைகளை இணைத்தும் இக்குழுவுக்குத் துணை புரிந்து வரும் தனி அலுவலர் திரு. டாக்டர் வி. விசுவநாதன், எல்.ஐ.எம்., அவர்களையும் அன்னாருக்குத் துணைபுரிந்து வரும் புலவர்கள் மு. சௌரி ராசன், வை. முரு. முத்துக்குமாரசாமி, வி.செ. விநாயகம், ஆகியவர்களையும் இக்குழு மனமுவந்து பாராட்டுகிறது.

மேற்கண்ட பணிக்குத் தேவையான நூல்களைக் கொடுத்து உதவிய சித்த மருத்துவர் திரு. ப. சிற்சபை, அவர்களுக்கு நன்றி கூறப்படுகிறது.

இந்நூலையும் குறுகிய காலத்தில் அழகிய முறையில் அச்சியற்றிய பூம் அச்சகத்தாரின் சேவைக்கு இக்குழு மனமுவந்து பாராட்டுதலைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறது.

சான்றோர் மிகுந்த இவ்வுலகு இந்நூலில் காணும் குற்றங் கண்டு முனியாது, தனியாதரவு தந்து எம்மை ஊக்குவிக்குமென்ற துணிவுடன் இந்நூல்களை வெளியிடுகின்றோம்.

டாக்டர் இரா. தியாகராசன், எல்.ஐ.எம்.,
தலைவர்,
அருள்மிகு பழநி தண்டாயுதபாணி,
சுவாமி திருக்கோயில் சித்த மருத்துவ
நூல் வெளியீட்டுக் குழு.

இந்திய மருத்துவத்துறை,
இயக்குநர் அலுவலகம்,
சென்னை - 600 029

முதற்பதிப்பின் முகவுரை

சகோதரர்களே! இச்சிறிய நூலை எழுத நேரிட்ட காரணம் பின்வரும் செய்திகளால் நன்கு விளங்கும்:-

கடுக்காய், வல்லாரை முதலிய பல மூலிகைகள் நமது நாட்டில் நிறைய இருக்கின்றன. ஆனால், அவற்றின் உண்மையான குணம், செய்கை, பயன் முதலியவைகளை உள்ளது உள்ளபடி தெரிந்து கொள்ளாமையால் அவற்றின் நற்பயன்களை அடையாமல் நாம் ஏமாந்திருக்கின்றோம். இதற்குக் காரணம் யாதெனில் இம்மூலிகைகளின் பயன்களை அறிந்திருப்பவர்கள் பலர் இருப்பினும் அவர்கள் மற்றவர்களும் தெரிந்துகொள்ளும்படி அவற்றை நூல்கள் மூலம் அச்சிட்டு வெளிப்படுத்தி ஏதுவில்லாமல் இருப்பதேயாம். இவ்வரிய செய்திகளைப் பிறருக்குத் தெரியப்படுத்தக் கூடாதென்னும் தீய எண்ணமே இப்படி இருப்பதற்குக் காரணமாகும். ஆனால், நாளுக்குநாள் கல்வியும் நாகரீகமும் பெருகி வருவதால் அவ்வகை எண்ணம் இனி அடியோடு ஒழிந்து போகுமென எண்ண இடம் இருக்கின்றது. மேற்கூறியபடி அரிய செய்திகளை அறிந்திருப்பவர்கள் வெளிப்படுத்தாதிருப்பினும் நாம் சில காலமாக இத்தகைய அரிய செய்திகளை நூல்கள் மூலம் வெளிப்படுத்தி வருகின்றோம். அதனால், நமது நண்பர்கள் நம்மால் அவ்வாறு வெளிப்படுத்தப்படும் எந்த நூலையும் கைக் கொண்டு அதனால், அதிகப் பயன்களை அடைந்து பலவிதத்திலும் நம்மைக் கைவிடாமல் ஆதரித்து வருகின்றார்கள். இதனைக் கடித முகத்தாலும் பிறவாற்றாலும் தெரிவித்து வருகின்றமையால், எமக்கு

நாளுக்குநாள் உற்சாகம் அதிகரித்து மேன்மேலும் நுட்பமான செய்திகளை வெளிப்படுத்த வேண்டுமென்னும் முயற்சி எப்போதும் எமது மனதில் குடிகொண்டிருக்கிறது. ஆனால், சில ஆண்டுகளாக எமக்கு நேரிட்ட அசந்தர்ப்பங்களாலும் முக்கியமாய் உடல்நலக் குறைவாலும் மேற்கண்டபடி, அரிய செய்திகளை வெளிப்படுத்தும் முயற்சி அடியோடு நின்று போகுமென எண்ண இடமிருந்தது: அப்படி இருந்தும் சர்வ தயாபரனான கடவுளினது அருளினாலும் பெரியோர்களின் உதவியினாலும் நமது நண்பர்களின் வாழ்த்தினாலும், பொது மக்களின் நல்லூழாலும் அடியேனுக்கு ஒருவிதமாக நலமுண்டாகி இதை வெளிப்படுத்த முன்வந்தேன். ஆயினும், இதைப் போன்ற சில நூல்களை எழுத நேரிட்டதற்கு முக்கியமான காரணம் எமது இரண்டாவது குமாரர் ப.அ. அப்துர் ரஹ்மான் சாயபின் பெரு முயற்சியேயாம். இவ்விடா'முயற்சியை எப்பொழுதும் கடவுள் அவருக்குத் தந்தருள்வாராக ஆமீன்.

இந்தக் கடுக்காய், வல்லாரை மூலிகையைப் பற்றி பலர் பலவகை நிகழ்ச்சிகளைப் பலவாறு சொல்லி இருக்கின்றார்கள்; நாமும் பலவற்றை நேரில் கண்டிருக்கின்றோம். அவைகளை எல்லாம் இங்கு எழுதுவதனால் அதுவே ஒரு பெரு நூலாகி விடும் எனப் பயந்து நமக்கு நேரில் நேரிட்ட இரண்டொரு நிகழ்ச்சிகளை மட்டும் இங்கு எழுதுவோம்.

1. ஒரு கண்ணியமான குடும்பத்தலுள்ள ஒரு பெண் ஆறு மாதம் கருவுற்றிருக்கையில் தலைமுதல் கால் வரையில் உடல் முழுதும் ஒருவிதக் கொப்புளம் உண்டாகி அதிகத் துன்பப்பட்டுக் கொண்டிருந்தாள். மேலும், அந்தப் பெண் கருவுற்றிருக்கையில் ஏதேனும் ஒரு மருந்தைப்

பயன்படுத்தினால் கருச்சிதைவு உண்டாவதுண்டு. ஆகையால், எவ்வித மருந்தையும் உட்கொள்ளாமல் வெறுமனே இருந்து விடுவது வழமை. ஆனால், அந்நேரத்தில் ஒரு பெரியவர் வந்திருந்தார். இத்துன்பத்தைப் பார்த்துப் பொறுக்க முடியாமல் தாம் ஒரு மூலிகையைக் கொடுப்பதாகச் சொல்லி, அதிகாலையில் இந்த மூலிகையைக் கொடுத்து மென்று தின்னும்படிச் செய்தார். இவ்விதம் இரண்டு வாரம் செய்தவுடன் அந்தக் கொப்புளங்களெல்லாம் மாறிச் சுவாபவதேகம் போலாகி உடல் சக்தியும், உடல் வளமும் உண்டாயின. இவ்வளவு குணம் கண்ட அந்த வீட்டார் அந்தப் பெரியவருக்கு அதிக உபசாரம் செய்து அவரைப் பெருமைப்படுத்தி வந்தார்கள். மேலும், அம்மூலிகையை அவர்களுக்குத் தெரிவிக்கும்படி அதிகம் வணங்கிக் கேட்டுக் கொண்டார்கள். அம்மகான் அந்தத் தாயின் மீதிரக்கமுற்று அம்மூலிகை இன்னதெனவும் அதனை உபயோகிக்கும் விதமின்னதெனவும் தெரிவித்துப் பேறுகாலம் வரையில் இதனை உபயோகித்து வந்தால் இந்தக் கருப்பத்திலுள்ள குழந்தையானது, நினைவாற்றல், அறிவுக்கூர்மை, கல்வி அறிவு முதலிய சிறப்புக் குணங்களை உடையதாக இருக்குமெனச் சொல்லிப் போயினர். அந்த அம்மாளும் அவர் சொற்படியே பேறுகாலம் மட்டும் அதைப் பத்தியப் பாவனையுடனும் பயபக்தியுடனும், விசுவாசத்துடனும் உட்கொண்டு வந்தாள்.

கடவுளின் அருளால் ஆண் குழந்தை பிறந்தது. அக்குழந்தை எவ்விதக் குறைவும் இல்லாமல் உடற்கட்டழகுள்ளதாகவும், பலமுள்ளதாகவுமிருந்தது. பெற்றோருடன் சுற்றத்தாரும் அதிக ஆவலுடனும் ஆசையுடனும் அக்குழந்தையை வளர்த்து வந்தார்கள். ஐந்தாவது வயதில் கலைப் பழக்கம் ஆரம்பிப்பது

வழக்கமல்லவா? ஆனால், அதற்குள்ளேயே அப்பையனுக்கு இருந்த நினைவாற்றலும் இரண்டொரு துடைவைக் கேட்டதைக் கொஞ்சமும் தவறின்றி வாய்ப் பாடமாக ஒப்பிக்கும் சக்தியும், எத்தனைநாள் சென்றபோதிலும் ஒன்றையும் மறந்து பேகாமல் சொல்லும் திறமையையும் பார்ப்போர், அதிகம் பாராட்டத்தக்கனவாயிருந்தன. வித்தியாரம்பம் செய்த பின்பு சுற்றத்தாரும் மற்றவர்களும் வியக்கும்வண்ணம் அவன் சமஸ்கிருதம் முதலிய மொழிகளைக் கற்றும் ஆங்கிலத்தில் பி.எ., பி.எல்., முதலிய பட்டங்களைப் பெற்றும் பெரிய உத்தியோகத்தில் அமர்ந்திருந்து சுகமாய் வாழ்ந்திருந்தான். இவ்வித ஆற்றலுண்டானது மேற்படி மூலிகையின் சக்தியினாலென்பது நன்கு விளங்கும்.

2. இன்னும், மற்றோரிடத்தில் ஆறுமாதம் சென்ற ஒரு குழந்தைக்கு ஒருவகை வலிப்பு கண்டிருந்தது. மேலுதடு கோணலாக இழுப்பதும் மேற்பருவம் கழிப்பதும், கைகால்கள் கொஞ்சம் இழுப்பதும் அதன் முக்கிய குணம். இதற்குப் பலவகை மருத்துவம் செய்தும் ஒன்றும் பலன் ஏற்படவில்லை. இந்த நோயால் அதிகத் தொந்தரவுமில்லை. குழந்தையானது வழக்கம் போம் பால் குடிப்பதில் குறைவுமில்லை. ஆனால், அக்குழந்தைக்கு ஏதேனும் சிகிச்சை செய்யாமல் இருக்கத் தாய்க்கு மனம் வருமா? ஒருபோதும் வாராதாகையால், வேறு மருத்துவர்களிடம் மருத்துவம் செய்தனர். அவர்களுள் ஒருவர் குழந்தை மருத்துவத்தில் மிக சிறந்தவர். அவர் அக்குழந்தையின் வயிற்றில் கிருமி இருக்கலாம்; அதனால், இப்படி உண்டாகிறது என உத்தேசித்துத் தமக்கு அனுபவமுள்ள இந்த மூலிகையை முறைப்படி பாகப்படுத்தி அதிலே ஒருவகை மென்பொடியைத் தூவிக் கொடுத்தார்.

இவ்விதம், இரண்டு மூன்று நாள் கொடுத்தவுடன் அந்த போல் வலிப்பு நின்று விட்டது. ஒரு வாரத்துக்குப் பிறகு முன் அந்த வலிப்பு கண்டது. அப்போது, அந்த மருத்துவரைத் தேடவே அவர் வெளியூருக்குப் போய் விட்டதாகத் தெரியவந்தது. பெற்ற தாயானவள் என்ன செய்வாள்? வேறு மருந்து கொடுக்க விருப்பமில்லாமல், அந்த மூலிகை இவளுக்கும் தெரியும்; ஆகையால், அதைப் பறித்துச் சாறு பிழிந்து கொஞ்சம் பாலில் நான்கு துளியை விட்டுக் கலந்து அக்குழந்தைக்கு ஊட்டி வந்தனள். இவ்விதம், காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் பத்து நாள் செய்து வந்தாள். அதனால், அந்தத் தீயக்குணங்களெல்லாம் நின்று விட்டன. அவளும் மருந்தை நிறுத்திவிட்டாள். ஆனால், இரண்டு மூன்று நாளுக்குப் பிறகு முன்போல் அந்த வலிப்பு வந்துவிட்டது. பரிதாபம்! அத்தாய் என்ன செய்வாள். மறுபடியும் முன்போல் அந்த மூலிகையைப் பிரயோகிக்காவிட்டால் அந்த வலிப்பு மீண்டும் வருவதுமாயிருந்தது. ஆகையால், இந்தச் செய்தியை அனுபவத்தால் அறிந்து இதனை விடாமல் தொடர்ச்சியாய் பயன்படுத்தி வந்தாள். வெகுநாள் வரையில் இலையின் சாற்றைப் பிழிந்து கொடுத்து வந்தாள். மென்று தின்னும் பருவம் வந்தவுடன் அந்த இலையை மென்று தின்னும்படி அக்குழந்தைக்கு கற்பித்தனள். அந்தப் பையனுக்கும் அந்த இலையில் ஒருவகை விருப்பமுண்டாகி அதிக ஆவலுடன் அந்த இலையைப் பறித்துத் தானே தின்று வந்தான். அவன் இவ்விதம் எத்தனை ஆண்டுகள் தின்றான் என்பது தெரியவில்லை. ஆனால், அவனுக்கு உண்டாயிருந்த விற்பனா சக்தியும் நினைவுச் சக்தியும் வியக்கத்தக்கவை.

வேறு பிள்ளைகள், படிப்பதை கேட்டுக்கொண்டிருந்தால் தானும் கொஞ்சமும் பிறழாமல் வாய்ப்பாடமாக ஒப்பித்து விடுவான். எத்தனை நாளான போதிலும் அதனை அவன் மறக்கமாட்டான். ஏழைக்குடியில் பிறந்தவனாகையால், அவனைப் பள்ளிக்கூடத்தில், படிப்பிக்க அவன் தாய் தந்தைகள் சக்தியற்றவர்களாக இருந்தனர். ஆனால், அந்த ஊரிலுள்ள ஒரு ஆசிரியர் அவனுடைய நினைவாற்றலையும் அறிவுக் கூர்மையையும் சொன்னதையுடனே கிரகிக்கும் சக்தியையும் கவனித்து சிலகாலம் வரையில் தர்மத்திற்கு பாடம் சொல்லி வந்தனர். ஆனால், அந்த ஊரிலுள்ள ஒரு கனவான் அவனைக் கிரமப்படிப் படிப்பித்தால் நன்நிலைக்கு வருவான் என தெரிந்து அடுத்த ஊரிலுள்ள ஆங்கிலப் பள்ளிக்கு அனுப்பி வைத்து கட்டணம் முதலியவைகளைத் தாமே கொடுத்து வந்தார். அடுத்த ஆண்டுத் தேர்வில் அவன் முதன்மையாய் இருந்தபடியால் அரசு உதவிப் பணம் பெற்று நாளடைவில் பி.ஏ. முதலிய பட்டப் படிப்புத் தேர்வில் முதன்மையாகத் தேறி உயர் பதவி பெற்று முடிவில் அவர் நலமாய் வாழ்ந்திருந்தார். அவர் இவ்விதம் விற்பனா சக்தியை பெற்றிருந்ததற்குக் காரணம் அந்த மூலிகையின் பெருமையேயாம்.

3. மற்றோரிடத்தில் ஏழு வயதுள்ள ஒரு பையனுக்கு குட்ட நோயுண்டாயிருந்தது. அதற்காக இந்த மூலிகையை முறைப்படி உபயோகிக்கும்படி ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது. இவன் சில ஆண்டுகள் வரையில் இதனை உபயோகித்து வந்தான். பத்தாவது வயதில் இவன் ஒரு தடவை பாடக் கேட்டதைத் தான் அவ்விதமே பாடவும் தான் இரண்டொரு முறை சொல்லக் கேட்டதை அவ்விதமே சொல்லவும் இவனுக்குச் சக்தி உண்டாக்கி விட்டது. இதற்கு முன்

இவ்வித சக்தி இஞ்சித்தும் இவனுக்கு இருந்ததில்லை. இந்த மூலிகையை உட்கொண்டு வந்த பின்பே இவ்விதச் சக்தி உண்டானதென்பது திண்ணம். அதன் பின்பு இவன் கல்வி, நினைவாற்றல் முதலியவைகளில் அதிக மேம்பாடுள்ளவனாகிப் பலவகை நூல்களை இயற்றவும் பலவகைச் செய்யுட்களைச் செய்யவும் வல்லமைப் பெற்று சிறந்த புலவனாகிவிட்டான்.

நாம் இவ்விதமே நிறைய செய்திகளைக் கேட்டிருக்கின்றோம். இன்னும், நிறைய நண்பர்கள் மூலமாகவும் அறிந்திருக்கின்றோம். இன்னம் நமது முன்னோர்கள் அனுபவசித்தமாக எழுதி வைத்திருந்த இரண்டு ஏட்டுப் பிரதிகள் கிடைத்தன. அவற்றை நாம் கவனித்துப் பார்க்க நேரிட்டபோது நமது நாட்டிலுள்ள சில மூலிகைகளின் குணச்சிறப்புகள் எழுதப்பட்டிருந்தன. அவற்றுள் இந்த ஒரு மூலிகைகளைப் பற்றிய செய்திகளை அச்சிட்டு வெளிப்படுத்தினால் நமது நண்பர்களுக்கும் மற்றவர்களுக்கும் அதிகப் பிரயோசன மாயிருக்குமெனத் தோன்றிற்று.

இன்னும், அவற்றில் ஒவ்வொரு மூலிகைகளின் பிறப்பு, இலக்கணம், மூலிகைகளைப் பறிக்கும் வகை, மூலிகைகளின் தனித்தன்மை, மருந்துப் பிரயோகம், கற்பப் பிரயோகம், சுரசம், கியாழம், சூரணம், மணப்பாகு, கிருதம், இளகம், பற்ப முறைகள் முதலியவைகளெல்லாம் எழுதப் பெற்றிருந்தன; ஆனால், இவற்றுள் பெரும்பான்மையானவைகள் பல தமிழ்மொழி வடமொழி நூல்களிலிருந்து எடுத்து எழுதப்பட்டவைகள். இவற்றில் பலமுறைகளில் சரக்குபேதம், எடைபேதம், செய்பாக வேறுபாடு முதலிய சில மாறுபாடுகள் காணப்பட்டன. ஆனால், இவையெல்லாம் அனுபவ

சித்தப்படி நிச்சயிக்கப்பட்டவைகளென கண்டிருந்த படியால் மேற்கூறிய இரண்டு கை ஏட்டுப் புத்தகங்களில் கண்டிருந்தபடியே நாம் இங்கு வல்லாரையைப் பற்றி எழுதி வெளிப்படுத்த நினைத்தோம்.

இன்னின்ன காரணங்களால் இவ்வரிய மூலிகைகளைப் பற்றின செய்திகளையெல்லாம் ஒருவாறு திரட்டி எழுதி கடுக்காய், வல்லாரைப் பிரபாவ போதினியெனப் பெயரிட்டு இதனை வெளிப்படுத்தி இருக்கின்றோம். ஆகையால், விற்பனா சக்தி, ஞாபகசக்தி நலப்பெருக்கம் நீண்டகால வாழ்வு முதலிய இம்மைக்குரிய பலன்களை விரும்பும் ஒவ்வொரு அறிவாளியும் இதனைச் சிறிய புத்தகமென எளிதாக எண்ணாமல் அன்புடன் கைக்கொண்டு ஆதியோடந்தமாக ஆழ்ந்த கருத்துடன் வாசித்து இதிலுள்ள முறைகளை ஆங்காங்குக் கண்டிருக்கின்ற பாகப்படி செய்து அல்லது செய்வித்துத் தாமும் அனுபவித்துத் தங்கள் குடும்பத்தார் அனைவருக்கும் கொடுத்துப் பல நன்மைகளைப் பெற்று நீடூழி வாழ்வார்களாக. இச்சிறிய புத்தகத்தை வெளிப்படுத்த பெருமுயற்சி எடுத்துக் கொண்டவராகிய ப.மு.அ. அப்துர் ரஹ்மான் சாயபுக்கு இவ்வித முயற்சியையும் தளரா ஊக்கத்தையும் கொடுக்கும்படியாக அருளாளரான கடவுளிடத்தில் இதனால் பயன்பெறுவோர் அனைவரும் வேண்டிக் கொள்ளும்படியாக அன்பாய்க் கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

இங்ஙனம்,

அக்கிம் ப.மு. அப்துல்லா சாயபு,
12, அப்புமேஸ்திரி தெரு,
ஜார்ஜ்டவுன், சென்னை.

பொருளடக்கம்

	பக்கம்
அகத்தியர் கடுக்காய்	55
அயச் செந்தூரம் (ஏமாதி மோதகத்திற்கு)	59
அரிதகி பற்பம்	68
ஏமாதி மோதகம்	57
கடுக்காய் இளகம்	51
கடுக்காய் உட்கொள்ள துணைமருந்தும் நஞ்சு வீறும் முறிவும்	50
கடுக்காயை உண்ணத் தகாதவர்கள்	76
கடுக்காய்க் கற்பம் உண்ணும் முறை	77
கடுக்காய் கற்பம் உண்ண வயதும் நாளளவும்	77
கடுக்காய்க் கற்பம் உண்ணும் மாதங்களும் துணை மருந்தும்	78
கடுக்காய்த் தூள் கட்டிடாமலிருக்க வழிவகை	83
கடுக்காயின் சிறப்புக் குணம்	49
கடுக்காய்ச்சுவை ஆறுவகை	45
கடுக்காய்த் தனிப்பண்பு	71
கடுக்காய்த் தனிப்புண்பு பட்டியல்	72
கடுக்காய்த் தூய்மை	83
கடுக்காய் நெய்	52
கடுக்காய்ப் பக்குவம்	53
கடுக்காய்ப் பருப்பு	45
கடுக்காயைப் பற்றிய புராணக்கதை	76
கடுக்காய்ப் பெயர்கள்	41

	பக்கம்
கடுக்காயின் பொதுக்குணம்	48
கடுக்காய்க்கு வேறு பெயர்கள்	71
குக்கில் தூய்மை	57
சிறுதிரிபலாதி நெய்	64
சிலாசத்துப் பற்பம் (ஏமாதி மோதகம்)	61
செயற்கை சீதகிக்கடுக்காய்	43
திரிபலைக் கோகிலம்	56
திரிபலாதிச் சூரணம் (முப்பலைத் தூள்)	65
பந்தனக் குடிநீர்	68
மகா திரிபலாதி நெய்	63
மேக சஞ்சீவிக் குடிநீர்	66

வல்லாரையின் தனிமாண்பு

அகத்தியர் வல்லாரைச் சூரணம்	132
அசுத்த ஆவிச் சூரணம்	131
அய அப்பிரேகச் செந்தூரம்	161
அருளாதி திராவகம்	135
ஆய்வுக் குறிப்பு	169
ஆமாச நோய் உசிதம்	114
இந்துப்புப் பாவனை	163
இந்திராதி திராவகம்	135
இரத்தின பஞ்சக சஞ்சீவி	122
இரத்தமாசு நீக்கும் திராவகம்	136
இருதய வலிமை உசிதம்	116

	பக்கம்
இன்னிசை இளகம்	153
ஈரல் நோய் உசிதம்	117
உலோக செந்தூரப் பாவனை	159
எருவாய்முளைச் சூரணம் (மூலம்)	131
என்புசுர சூரணம்	121
கப நீக்கிச் சூரணம்	114
கபம் நீக்கும் உசிதம்	114
கருப்பம் காக்கும் சூரணம்	119
கற்பாதி உசிதம்	107
காமாலை உசிதம்	113
காயசித்தி வல்லாரை இளகம்	154
கிருமி உசிதம்	113
கிருமி நீக்கும் சூரணம்	127
கிருபா கடாட்ச திராவகம்	137
கிருமி நீக்கும் நெய்	140
பெருநோய்ச் சூரணம்	122
பொதிகை வல்லாரை நெய்	137
மண்டூலகி உசிதம்	111
மதிவல்லி மருந்து	110
மதுமேகச் சூரணம்	121
மலச்சிக்கல் நீக்கும் மருந்து	115
மிளகு பக்குவம்	164
மூர்ச்சை வலிப்புச் சூரணம்	128
மூலிகைகளைப் பறிக்கச் சில பொதுவிதிகள்	104

	பக்கம்
யோக வல்லாரை நெய்	145
வயிற்று நோய் உசிதம்	115
வலிப்பு உசிதம்	116
வலிமை விருத்திச் சூரணம்	127
வல்லாரையின் பெயர்கள்	93
வல்லாரையின் சிறப்பு இயல்புகள்	95
வல்லாரையின் பிறப்பும் உருவமும்	97
வல்லாரையின் வண்ணம்	97
வல்லாரையின் சுவை	98
வல்லாரையின் இயல்பு	98
வல்லாரையின் செய்கையும் பயன்படுத்தலும்	98
வல்லாரையின் தீயகுணம்	99
வல்லாரையை பயன்படுத்துமுன் பின் பற்றும் விதிகள்	106
வல்லாரைத் தூய்மை	107
வல்லாரைத் தனிமருந்து	107
வல்லாரைச் சுரச மருந்து	112
வல்லாரைத் தைலம்	165
வல்லாரைத் துவையல்	166
வல்லாரை நவரத்தின சட்டினி	167
வல்லாரைச்சத்துதனை வலிமைப்படுத்தும் வழிவகை	170
குட்ட நிவாரண இளகம்	153
குட்ட நிவாரண சூரணம்	118
குயில் ஓதை இளகம்	152
குளிர்சுரச் சூரணம்	128

	பக்கம்
குன்மச் சூரணம்	130
கௌரி வல்லாரை நெய்	141
சரசுவதி நெய்	144
சிவசக்தி மாத்திரை	155
சீரகாதி மாத்திரை	158
சீரகப் பக்குவம்	165
சுரநோய் உசிதம்	117
சுரச வல்லாரை நெய்	147
சூதகக்கட்டு உசிதம்	116
சொறி தீர்க்கும் சூரணம்	118
சோமவல்லி உசிதம்	109
தன்வந்திரி சொர்ண இளகம்	149
திரிகடுகு மாத்திரை	156
திரிபலை மாத்திரை	157
திரிமூர்த்தி திராவகம்	134
நீர்வல்லாரை மருந்து	112
படிக்கார பற்பம்	163
பரம மண்டூலகி மருந்து	110
பால வல்லாரை நெய்	147
பித்தச் சூரணம்	131
பிரம்மியாதி குடிநெய் ([illegible])	146
பிரம்மியாதிப் பாவனைச் சூரணம்	129
பிரமேக உசிதம்	113
புராணசுர என்புச் சூரணம்	122

	பக்கம்
வல்லாரைக் கற்பம்	171
வல்லாரை மணப்பாகு	148
வாணி வல்லாரை நெய்	139
வித்தியாபரணி திராவகம்	134
விவேகவல்லி மருந்து	111
வீரிய விருத்திச் சூரணம்	131
வீரிய விருத்தி வல்லாரை இளகம்	148
வெங்கார பற்பம்	162

கடுக்காய் வல்லாரைத் தனிமாண்பு

பொருளடக்கம்

முற்றும்.

கடுக்காய், வல்லாரையின் தனிமாண்பு

கடுக்காயின் தனிமாண்பு

(கடுக்காய்ப் பிரபாவ போதினி)

கடவுள் வணக்கம்

மாதவத்தார் வண்ண மனத்தா மரைவதியும்
யாதருளென் றென்றுமே யாஹகீம் - ஏதில்கடுக்
காய்ப்பிரபா வப்போ தினிநூல் கழறுதற்கு
வாய்த்த துணை செய்கவே வந்து.

நூல்.

கடுக்காய் - தனியாய் உபயோகப்படும் சரக்குகளில் இதுவுமொன்று. இதைப் பற்றிச் சற்று விவரமாக எழுதுவோம். இதற்கு வடமொழியில் "அரிதகி, அபயா, பத்யா, பிரபத்யா, பூதனா, அமிர்தா, ஜயா, விஜயா, அமோக, ஹைமவதி, பயஸா சிரேயஸி, சிவா, நிம்நிஸி, பிரயாணதா, ரோகினி, காபுஸ்தஹா, ஒயிதஹா, சீதகி, ஜீவந்தி எனப் பல பெயர்களுண்டு.

இதற்கு அரபியில் ஹலீலஜ், ஹலீலஜ் அஸ்பர் என்றும், பார்ஸியில் ஹலீலா, ஹலீலயேஜர்த் என்றும், இந்தியில் ஹட், ஹடடா என்றும், தக்கினியில் அல்டா என்றும், தமிழில், கடுக்காய், கடுழி, பத்தியம் என்றும், தெலுங்கில் கரக்காய் என்றும், மலையாளத்தில் கடுக்கா என்றும், கன்னடத்தில் அளலிகாய என்றும், வங்காளியில் ஹரிதகி ஹோரு என்றும், மராட்டியில் ஹிரடா, ஹிரடே என்றும், குஜராத்தியில் ஹட்லே, ஹர்டான், குட்காயி என்றும்,

சிங்களத்தில் ஹறலு என்றும் ஆங்கிலத்தில் டெர்மினலியா கெபூலா (*Terminalia Chebula*) என்றும் பெயர்.

வடமொழி நூல்களில் இதைப் பற்றி வெகுவாய் எழுதப்பட்டிருக்கிறது. தேவேந்திரன் அமிர்தபானஞ் செய்த போது அவ்வமிர்த்தத்தினின்றும் ஒரு துளி கீழே சிந்திற்றாம். அதினுன்று கடுக்காய் மரம் உண்டானதாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அமிர்தமென்பது (சஞ்சீவியாம்) இறவாதது என்றும் பொருள்படும்.

பதினான்குவகை இரத்தினங்களில் கடுக்காயும் ஒருவகையென எண்ணப்படுகிறது.

தேவ வைத்தியராகிய தன்வந்திரி பகவான் கடுக்காயை எப்போதும் தம்மிடம் வைத்திருந்ததாகச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

வடமொழியில் கடுக்காய்க்கு அரிதகி (அரி=போக்கு + தகி = எரி) யெனப் பெயருண்டானதற்குக் காரணம். அது எல்லா நோய்களையும் நீக்குகிறது என்பதேயாம்.

இன்னும் இதைப் பற்றிச் சிந்தாமணியில் சொல்லப்பட்டிருப்பதாவது:-

கடுக்காயுந் தாயுங் கருதிலொன்றென்றாலுங்
கடுக்காயத் தாய்க்கதிகங் காணீ - கடுக்காய் நோய்
ஓட்டி யுடற்றேற்று முற்றவன்னை யோசுவைக
ளூட்டியுடற் றேற்று முவந்து.

(இ-ள்) கடுக்காயும் தாயும் ஒன்றென ஒருவாறு நினைத்தாலும் அந்தக் கடுக்காயே அத்தாயைப் பார்க்கிலும்

சிற்புள்ளதாம். ஏனெனில், கடுக்காயானது செரித்தலுக்கு மூலமாகிய இரப்பை முதலிய கருவிகளிலுள்ள நோய்களை நீக்கி உணவு வகைகளை முறைப்படி செரிக்கச் செய்து, நல்ல இரத்த முண்டாக்கி உடல் வளர்ச்சி, உடல் நலம் முதலியவைகளுக்கு ஏதுவாக்கும். பெற்ற தாயோ, அன்புடனும் ஆசையுடனும் அறுசுவை உணவுகளையும் ஊட்டி, உடலை வளர்க்க முயற்சி செய்யினும் அவ்வாற்றலுண் டாகும் நோய் அவ்வுடல் வளர்ச்சி முதலியவைகட்குத் தடையாகுமாகையால் அம்முயற்சி வீணேயாம். ஆனால் அத்தாயைப் பார்க்கிலும் கடுக்காயே மேலானதெனச் சிறப்பித்து சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

கடுக்காய்-கடுக்காயானது அரையங்குலம் முதல் ஒன்றரையங்குலம் வரையில் நீண்டிருக்கும். நிறையில் கால் வராகனெடை முதல் இருபது வராகனெடை வரையில் கனமுள்ளதாயிருக்கும். இது அனேக வகைப்படுமாகையால் இதன் விவரத்தை இங்கெழுதுவோம்.

தமிழ்மொழி நூல்களில் சொல்லப்பட்டிருப்பதாவது - இவை இந்தியா முதலிய நாடுகளிலண்டாகுமொரு பெரிய மரத்தின் காயாகும். இதில் பலவகையுண்டு. காபூலிக் கடுக்காய், மஞ்சட் கடுக்காய், கடுக்காய்ப் பிஞ்சு அல்லது கருப்பு கடுக்காய், சீனாக் கடுக்காய், சீரகக் கடுக்காய் என்ற வகைகளும் இன்னும் சில வகைகளுமுண்டு. இவற்றுள் ஒவ்வொன்றும் தம்மில் ஒத்திருக்கின்ற வெவ்வேறுவித மரங்களிலுண்டாகிறதென்று சிலர் சொல்லுகின்றார்கள். ஆனால், நிச்சயிக்கப்பட்டதாவது:- மேற்கண்ட வகைகளெல்லாம் ஒரு மரத்தின் காய்களென்பதே; ஆயினும் பூசாரத்தின் தன்மையினால் நிறத்திலும்,

பரிமாணத்திலும் (அளவிலும்) வேறுபடும். மேலும் அதன் பூப்பிஞ்சிலிருந்து நன்றாய் முற்றிப் பழுக்கிற வரையிலும் ஒவ்வொரு பருவத்திற்கும் வெவ்வேறு பெயர் உடையவைகளே தவிர வேறல்ல. அவையாவன, பூப் பிஞ் சில் உலர்ந்து போனதற்குச் சீரகக் கடுக்காய் என்றும், அதிலும் கொஞ்சம் பெருத்துலர்ந்ததற்குச் சவ்வுக் கடுக்காய் என்றும் அதிலும் கொஞ்சம் பெருத்துத் திராட்சையைப் போலிருப்பதற்கு ஜங்கிக் கடுக்காய். இந்துக் கடுக்காய் கருப்புக் கடுக்காய் என்றும் பெயர். இவ்வகைகளிலெல்லாம் விதைகளிரா. இவற்றிலும் பெரிதாய் நன்றாய் முதிர்ந்து மஞ்சள் சாயலான பச்சை வண்ணமாயிருப்பதற்குச் சீனக் கடுக்காய் என்றும் அதிலும் அதிகம் முதிர்ந்து அரைப்பங்கு பழுத்து மஞ்சள் வண்ணமாயிருப்பதற்கு மஞ்சட் கடுக்காயென்றும் பெயர். முழுவதும் நன்றாய்ப் பழுத்துச் சிவந்த வண்ணமாயிருப்பதற்குக் காபூலி அல்லது சீமைக் கடுக்காய் என்றும் பெயர். அவ்வகைக் கடுக்காயே சிறந்தது, காபுலிக் கடுக்காய், சீமைக் கடுக்காய், சீனக்கடுக்காய் எனப் பெயரிடப்பட்டதின் காரணம் அந்நாடுகளில் விளைகின்றன என்பதல்ல. ஆனால் அவை இந்திய நாட்டில் விளைகின்றவைகளே. முன் சொன்ன வகைகளுள் ஒரு காலத்தல் காபூல் தேசம் மூலமாய் அதிகம் வெளிநாடுகட்கு அனுப்பப்பட்டபடியால் காபுலிக் கடுக்காய் என்றும் கப்பல் மூலமாய் அதிகம் கொண்டு போகப்பட்டபடியால் சீனக்கடுக்காய், சீமைக் கடுக்காயென்றும் பெயர் வழங்கப்படுகிறது. அக்காலத்தில் கப்பல் மூலமாய்க் கொண்டு போகப்படுவதெல்லாம் சீனா அல்லது சீமைச் சரக்கெனப் பெயர் வழங்கும். அப்படியே இதற்குச் சீனா அல்லது சீமைக் கடுக்காய்

என்பர் போலும். கடுக்காயில் நிறைய இனங்களிலிருந்த போதிலும் குணத்தில் அதிக வேறுபாடிராது என்பதே நமது துணிபு.

கடுக்காயின் பெயர்கள்: ஆயுள்மறை நூல்களில் சொல்லப்பட்டிருப்பதாவது:

1. சுரைக்காயைப் போன்று நீண்டும் பருத்தும் இருப்பதற்கு "விஜயா", "விஜயன்" என்று பெயர். இது இந்திய நாட்டில் அதிகமாக விளைகிறது.
2. உருண்டை வடிவத்துடன் அதன் மீது நானகு மேடு போன்ற குறிகளை உடையதற்கு "ரோகினி" அல்லது "அரோகணி" என்று பெயர். இது கன்னியா குமரி பகுதியிலும் சிந்து நாட்டிலும் அதிகமாய் விளைகிறது.
3. மெல்லியதோலுடன் நான்கு வரி போன்ற குறிகளை உடையதற்கு "போதனா" அல்லது "பிரிதிவி" என்று பெயர். இது சவுராட்டிர நாடென்னும் குஜராத்திலும் இமயகிரியிலும் அதிகமாய் விளைகிறது.
4. பருத்துத் தடித்துத் தசை மிகுந்திருப்பதுடன் பலவரி போன்ற குறிகளை உடையதற்கு "அமிர்த" அல்லது "அமிர்தம்" என்று பெயர். இது காசி நாட்டிலும் கிட்கிந்தா நாட்டிலும் அதிகமாக உற்பத்தியாகும்.
5. அதைச் சுற்றிலும் ஐந்து கோடு போன்ற குறியுள்ளதற்கு "அபயா" அல்லது "அபயன்" என்று பெயர். இது பொதிய மலையிலும் கிட்கிந்தா நாட்டிலும் அதிகமாக விளையும்.

6. தங்கச் சாயலைப் போன்ற மஞ்சள் வண்ணமுள்ளதற்கு "ஜாந்தி" அல்லது "ஜீவந்தி" என்று பெயர். இது மகாராட்டிர நாட்டிலும், பல வனங்களிலும் அதிகமாக விளைகின்றது.

7. தன்னைச் சுற்றிலம் மூன்று வரியும் ஐந்து வண்ண முடையதற்கு "சீதகி" அல்லது "திரிவிருத்தி" அல்லது "மொந்தன்" என்று பெயர். இது பொதிய மலையில் அதிகம் விளைகிறதாம்.

மேலும் நிற வேறுபாட்டாலும் அனேக வகையெனச் சொல்லப்பட்டிருப்பினும் மேற்கண்டவைகளே முதன்மை யானவைகளாம்.

இவற்றுள் விஜயா, ஜீவந்தி ஆகியவைகள் சாதாரணமாக உபயோகிக்கப்படுகின்றன. இரணங்களை ஆற்ற ரோகிணிக் கடுக்காய் உபயோகிக்கப்படுகிறது. சூரண வகைகளுக்காகச் சீதகிக் கடுக்காய் அதிகமாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. கழிச்சல் வகைகளுக்காக "அமிர்தா" உபயோகிக்கப்படுகிறது. கண்நோய் மருத்துவத்திற்காக "அபயா" வகை பயன்படுத்தப்படுகிறது. இவ்வகைகளை நாமறிந்து பயன்படுத்தினால் இப்போது உண்டாகுங் குணத்தைப் பார்க்கிலும் சிறப்புக் குணமுண்டெனச் சொல்லப்படுகிறது.

இன்னும் சில வகைகளை உட்கொள்வதனால் கழிச்ச லாகும். சில வகைகளை முகர்வதனாலும் சில வகைகளைத் தொடுவதனாலும் சில வகைகளைக் கண்ணால் மாத்திரம் பார்ப்பதினாலும் கழிச்சலாகும்.

சீதகி வகையின் மரத்திற்குக்கீழே நின்றாலும் கழிச்சலாகும். இதனைக் கையில் வைத்திருக்கின்றவரையிலும் கழிச்சலாகிக்

கொண்டிருக்கும். இந்த மரத்தின்கீழ் எந்தப் பிராணி வந்த போதிலும் கழிச்சல் ஆரம்பமாகிவிடுமெனச் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. இவ்வகை மரமானது அதிக அரிதாய்க் காணப்படுகிறது. காபூல் தேசத்தில் சில பாகங்களிலிருப்பதாகக் கேள்வி: இவ்வகை இயற்கைக் கடுக்காய் அகப்படுவது அரிதாயினும் செயற்கைக் கடுக்காய் அதிகம் அகப்படுவதுவுமன்றி நாமும் செய்து கொள்ளலாம். நம் ஆதரவாளர்களுக்காக அம்முறைகளுள் இரண்டொன்றை இங்கெழுதுவாம்.

செயற்கைச் சீதகிக் கடுக்காய்: ஒரு கொடியில் ஒரே காய் காய்க்கும் ஆற்றுத்தும்மட்டிச் சாதிகளுண்டு. இக்காய்கள் நஞ்சின் குணத்தையுடையன; ஆகையால், இவற்றை உள்ளுக்குப் பயன்படுத்துவதில்லை. பேரருளாளரான கடவுள் எந்தப பொருளையும் வீணாகப் படைக்கவில்லை. ஆனால் இது இந்தப் பிரயோகத்திற்கு அதிகம் உபயோகமாகும். இந்த வகைக் காயானது அரைக்காயாயிருக்கும்போது அதைப் பக்குவமாய்க் கீறி அதற்குள் பருமனான ஒரு கடுக்காயை வைத்துப் பொதிந்து நார் முதலியவைகளால் கட்டிப் பத்திரமாகக் கொடியோடேயே விட்டுவிட வேண்டும். இவ்விதம் ஒவ்வொரு காயில் ஒவ்வொரு கடுக்காய்தான் வைக்கக்கூடும். கடுக்காய் வைத்திருக்கின்ற காயானது கெட்டுப் போகாமலும் வீணாய்ப் போகாமலும், கொடி காய்ந்து போகாமலும் விழிப்புடன் காப்பாற்றி வர வேண்டும். காயானது நன்றாய் முற்றி மஞ்சள் நிறமானவுடன் (நாற்பது நாளுக்குக் குறையாமலிருக்க வேண்டும்) பறித்துப் பின்பு ஒரு பாண்டத்தில் அப்படியே வைத்து அக்காயின் மீது ஒரு அங்குல அளவு நீரிருக்கும்படியாகத் தூய்மையான நீரைவிட்டு அடுப்பின் மீதுக் காய்ச்ச வேண்டும். தண்ணீர்

சுண்டினவுடன் மறுபடியும் முன்போலவே நீரைவிட்டு முன்போலவே காய்ச்ச வேண்டும். காய்ச்சும்போது அடிபிடித்துத் தீய்ந்து போகாமல் விழிப்புடன் இருக்க வேண்டும். இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி மூன்று (அல்லது) நான்கு தடவைகள் செய்ய வேண்டும். முடிவாக நீர் சுண்டின பின் காய் தீய்ந்து போகாமல் நன்றாய்ப் புரட்டி புரட்டி வறுத்தெடுத்து வைத்துச் சூடாறினபின் கடுக்காயை எடுத்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் வைத்து வாய்க்குக் கார்க்கிட்டுப் பத்திரப்படுத்தவும்.

இதனைக் கையில் வைத்திருக்கின்ற வரையில் கழிச்ச லாகும். இதனைக் கையில் வைத்தக் கொண்டு எத்தனை முறை வெந்நீரைக் குடிக்கின்றோமோ அத்தனை முறை கழிச்சலாகும்.

செயற்கைச் சீதகிக் கடுக்காய் (வேறு): திருகுக் கள்ளி அடிமரத்தைக் குடைந்துப் பருமனான கடுக்காயை வைத்து அந்தச் சக்கையையே வைத்தடைத்து அதன் மேல் சாணியை அல்லது மண்ணைப் பூசிப் பத்திரப்படுத்த வேண்டும். நாற்பது நாள்கள் சென்றபின் எடுத்துக் கொள்க. பாலோடுள்ளத் திருகு கள்ளிக்கிளையை அரைத்த விழுது ஒரு பெரும் விளாங்காய் அளவு இதற்குள் மேற்படி கடுக்காயை வைத்துப் பொதித்து ஒரு மண் பாத்திரத்தில் வைத்து மேற்படி திருகு கள்ளிப்பால் கால்படி, இதனை முன்பாத்திரத்தில் விட்டுச் சிறுதீயாக எரித்து வரவேண்டும். பாலெல்லாம் சுண்டின பிறகு அரைப்படி தண்ணீரை விட்டு முன்போலவே மெதுவாக எரித்துத் தண்ணீர் சுண்டின பின் கடுக்காயை எடுத்துப் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

தேவையானபோது கையில் வைத்துக் கொண்டிருக்க கழிச்சலாகும்; அல்லது முன்பாகத்தில் சொல்லியிருக்கிறபடி செய்ய வேண்டும்.

சுவை ஆறுவகை என்பது வெளிப்படை: ஆனால் கடுக்காயின் சுவையைத்தான் இனிப்பு, புளிப்பு, கசப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பு ஆகிய ஐந்து வகைக் கடுக்காய்களிருக்கின்றன. உவர்ப்புவகைக் கடுக்காய் மாத்திரமில்லை; இங்குப் பேரருளாளரானக் கடவுளின் அற்புதமான ஏற்பாட்டைச் சற்று யோசித்துப் பார்க்க வேண்டியது. கடுக்காயானது அதி மேலான குணங்களையுடையது. அதில் உவர்ப்பானது கண்நோய் தாதுப் பெருக்கம், இரத்தப் பெருக்கம் ஆகியவைகளுக்கு விரோதஞ் செய்யத் தக்கது. கடுக்காயோ கண்நோய் முதலியவைகளுக்குச் சஞ்சீவிக்கு ஒப்பானது. ஆகையால் ஒன்றுக்கொன்று விரோத குணமுள்ளவைகள் முற்றும் இருக்கக் கூடாதென்ற ஏற்பாட்டிற்காகவே உவர்ப்புவகைக் கடுக்காய் உண்டாக்கப்படவில்லை போலும்.

கடுக்காய் பருப்பு: கண் பார்வை, வலுவின்மை, கண் பார்வை மந்தம், கண் புகைச்சல், கண்ணில் நீர்வடிதல், கண்ணில் நீர்த்ததும்புதல், திரைகட்டினது போல் தோன்றும் பார்வை முதலிய இந்த நோய்களுக்குக் கடுக்காய் பருப்பை முலைப்பாலிலிழைத்து உபயோகித்து வந்தால் மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும். பார்வையைப் பலப்படுத்த இது சஞ் சீவிக் கொப்பானது.

பெருமை: நாம் முன்சொல்லி இருக்கின்றதைப் போல் இதன் பெருமை முழுவதையும் எழுதுவதானால் அதிகக் கடினமே. துணை மருந்து சிறப்புக்களினால் எல்லா நோய்களுக்கும்

பயன்படும் இதனை எப்போதும் கையாள்பவர்கள் எல்லா நோய்களிலிருந்தும் நீங்கியிருப்பார்கள்.

பயன்படுத்தல்: செப்டம்பர் மாத நடுவிலிருந்து நவம்பர் மாதம் மையம் வரையில், கடுக்காய்த் தூளை கற்கண்டு தூளுடன் கலந்து உட்கொண்டு வரவேண்டும்.

நவம்பர் மாதமைய பாகத்திலிருந்து ஜனவரி மாத மைய பாகம் வரையில் சுக்குத் தூளுடன் கலந்து சாப்பிட வேண்டும்.

ஜனவரி மாதமைய பாகத்திலிருந்து மார்ச் மாத மைய பாகம் வரையில் அதனை அரசித்திப்பிலித் தூளுடன் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

மார்ச்சு மத்தியிலிருந்து மே மாத மைய பாகம் வரையில் தேனில் குழைத்துச் சாப்பிட வேண்டும்.

மே மாத மத்தியிலிருந்து ஜூலை மாத மைய பாகம் வரையில் வெல்லத்துடன் சம்பந்தப்படுத்தி சாப்பிட வேண்டும்.

ஜூலை மாத மத்தியிலிருந்து செப்டம்பர் மாத மைய பாகம் வரையில் உப்புடன் கலந்து சாப்பிட வேண்டும்.

கடுக்காயின் உள்கொட்டையை நீக்கி மேல் தோலை இடித்து வடிகட்டி வைத்துக் கொண்டு முக்கால் வராகனெடை மேற்கண் துணை மருந்துகளில் சாப்பிட வேண்டும். குறைந்தது 14 நாள்கள் சாப்பிட வேண்டும். அப்படிச் செய்யக்கூடாதவர்கள் எவ்வேழு நாட்களாயினும் சாப்பிட்டு வர வேண்டும். இப்படிச் செய்வதால் உடல்நலம் நிலைத்திருக்கும். வேறு நோய்கள் உண்டாகா. மலம் ஒழுங்

காக வெளிப்பட்டு இரைப்பை, குடல் முதலிய இராச கருவிகளின் தொழில் முறைப்பட்டு வரும்.

கடுக்காயைக் காலத்திற்குத் தகுந்தபடிப் பலவகைத் துணை மருந்துகளுடன் ஏன் உபயோகிக்க வேண்டுமென்பதன் விளக்கம்.

செப்டம்பர் மாத நடுவிலிருந்து நவம்பர் மாதம் மையம் வரையில் கடுக்காயைக் கற்கண்டுடன் அல்லது அதைப் போன்றவைகளுடன் கலந்து ஏன் சாப்பிட வேண்டுமெனில், அக்காலங்களில் பித்தச் சத்தானது நிலைமாறுவது அல்லது கெட்டு விடுவது இயல்பாகையால் அதைச் சமப்படுத்த, அல்லது சாந்தி செய்ய வேண்டியதற்காகவேயாம்.

நவம்பர் மைய பாகத்திலிருந்து ஜனவரி மாதம் மைய பாகம் வரையில் அதனைச் சுக்குடன் அல்லது அதைப் போன்றவைகளுடன் ஏன் கலந்து சாப்பிட வேண்டுமாயின், அக்காலங்களில் பித்தம் குறைந்து போவது இயல்பாகையால், அவ்விதக் குறைவு நேரிடாது இருப்பதற்கேயாம்.

ஜனவரி மாத மத்தியிலிருந்து மார்ச்சு மைய பாகம் வரையில் அதனை அரசித்திப்பிலித் தூளுடன் கலந்து சாப்பிட வேண்டியக் காரணமாவது, அக்காலங்களில் கபம் அதிகரிப்பது இயல்பாகையால், அவ்விதம் அது அதிகரிக்காமலிருப்பதற்காகவேயாம்.

மார்ச்சு மாத மத்தியிலிருந்து மே மாதம் மைய பாகம் வரையில் கபமானது நிலைமாறுவது அல்லது கெட்டுப் போவது இயல்பாகையால், அதனை நிலைப்படுத்த அல்லது சாந்தப்படுத்த வேண்டியதற்காக அதனை

தேனுடன் அல்லது அது போன்றவைகளுடன் சேர்த்து உட்கொள்ளும் விதி ஏற்பட்டிருக்கின்றது.

மே மாத மத்தியிலிருந்து ஜூலை மாத மைய பாகம் வரையில் வாதம் அதிகரிப்பது இயல்பாகையால், அதனைக் குணப்படுத்த வெல்லத்துடன் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டியது விதியாம்.

ஜூலை மாத மத்தியிலிருந்து செப்டம்பர் மாத மைய பாகம் வரையில் பித்தம் அதிகரிப்பது இயல்பாகையால், கடுக்காயை உப்புடன் அல்லது அதைப் போன்றவைகளுடன் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டுமென்னும் விதி ஏற்படுத்தப் பட்டிருக்கின்றது.

குறிப்பு: இக்கால வேறுபாட்டு இயல்பை நினைவில் நிறுத்தி வைத்து மற்ற நோய்களின் பரிகாரங்களிலும் இவ் விதியை அனுசரித்து மருந்து அளிக்கச் செய்வார்களாயின் கடவுளின் அருளால் எந்த நோயையும் நலப்படுத்துவதில் சித்தி பெறுவார்கள் என்பது நிச்சயம். இதனுடன் அவரவர்களின் உடல் இயல்பு வேறுபாட்டையும் கவனிக்க வேண்டுமென்பதும் முக்கியமாகையால், அதனையும் கவனித்துச் சமயோசிதமாக துணை மருந்துகளை மாற்றியும் அதிகப்படுத்தியும் உட்கொள்ளச் செய்வது மருத்துவர்களின் கடமையாகும்.

கடுக்காயின் பொதுக்குணம்: கடுக்காயானது வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் (வளி, அழல், ஐயம்) என்ற முக்குற்றங்களினால் ஏற்படும் முப்பிணிகளின் விகற்பங்களை நீக்குகிறது.

ஆனால், புளிப்பு, கசப்பு, துவர்ப்பு ஆகிய இம்மூன்று சுவைகளும் பித்த விகற்பத்தை நீக்குகின்றது.

கசப்பு, துவர்ப்பு, கார்ப்பாகிய இம்மூன்று சத்துக்களும் கபவிகற்பத்தை மாற்றச் செய்கின்றது.

துவர்ப்பு, கார்ப்பு இவ்விரண்டும் வாத விகற்பத்தை சரிப்படுத்தும் இச்சுவைகளெல்லாம் இக்கடுக்காயிலிருக் கின்றன.

கடுக்காயின் சிறப்புக்குணம்: கீழ்க்காணும் நோய்களில் கடுக் காயானது அதிகமாகப் பயன்படும்: அவையாவன:—

இருமல், இரைப்பு, எருவாய் நோய், குட்டம், இரைப்பை சம்பந்தப்பட்ட நோய்கள், குரல்கம்மல், சுரம், செரியாமை, பொருமை, வாந்தி, விக்கல், தாகம், சொறி, மஞ்சட்காமலை, குன்மம், மண்ணீரல் நோய், கல்லடைப்பு, ஈரல் நோய், மதுமேகம், இந்திரிய ஒழுக்கு, வீக்கங்கள், பிரமேகம், புண்கள், வயிற்றுக் கட்டிகள், பெருங்கழிச்சல், இருதயநோய்கள் முதலியவைகளாம். இன்னும், இது மூளையையும் இருதயத்தையும் பலப்படுத்துகின்றது. நினைவாற்றலைப் பெருக்குகிறது. மலக்கட்டு முதலியவற்றை நீக்குகிறது. பைத்தியம், மனக்கிலேசம், சித்தப் பிரமை ஆகியவைகளுக்கும் பயன்படுகிறது. மார்பு துடித்தல், பெருநோய், கலப்புச்சுரம், வாத மூலநோய் ஆகியவைகளுக்கும் உபயோகப்படுகிறது. கபம், சளி முதலிய தீயநீர்களை வறட்டுகிறது. வயிற்றிலுள்ள உறுப்புகளை வலுப்படுத்துகிறது. இரத்தத்தைத் தூய்மையாக்குகிறது. காக்கைவலி பக்கவாதம், ஆகியவைகளுக்கும் உபயோகமாகும்.

கடுக்காயைப் பயன்படுத்துவதில் சில நுட்பங்கள் தெரிந்திருக்க வேண்டும், அவையாவன:—

நுட்பம் 1.: கடுக்காயை மென்றுதின்பதால் பசித்தீ (தீபாக்கினி) அதிகப்பட ஏதுவாகும். தூள்செய்து சாப்பிடு வதால் தாரளமாகக் கழிச்சலாகும். குடிநீர் செய்து பருகச் செய்வதால் மலபந்தப்படுத்தும். இதனைச் சுட்டுக்கரியாக்கிப் பொடித்துத் துணியில் வடிகட்டித் தகுந்த துணை மருந்துகளில் உண்ண வாதம், பித்தம், சிலேத்துமம் என்ற மூவகைப் பிணிகளையும் நலப்படுத்தும்.

நுட்பம் 2.: உண்ட பின்பு கடுக்காயை மென்று தின்ப தால், வலிமை, அறிவு ஆகியவை அதிகப்படும். உடல் செழிப்புண்டாகும். உடல் கவர்ச்சி உண்டாகும். வாத பித்த சிலேத்துமக் குற்றங்கள் கெட்டுப் போகும். மலம் முறைப்பட்டு உடல் வளமை உண்டாகும்.

நுட்பம் 3.: கபசம்பந்த நோய்களுக்குக் கடுக்காயை உப்புடன் சாப்பிடத் தீரும். பித்த சம்பந்த நோய்களுக்குக் கடுக்காயைக் கற்கண்டுடன் கலந்துண்ணத் தீரும். வாத சம்பந்த நோய்களுக்குக் கடுக்காயை நெய்யுடன் கலந்து சாப்பிட வேண்டும். எல்லாவகை நோய்களுக்கும் பொதுவாக வெல்லத்துடன் கலந்துண்ணத் தீரும்.

கடுக்காய் உட்கொள்ள அளவு, துணை மருந்து நஞ்சுவீறு, முறிவு ஆகியவைகள் - இதன் தனித் தூளை முக்கால் முதல் 1 வராகனெடை வரையில் சாப்பிடலாம்.

இதன் துணை மருந்தும் பரிகாரமும் தேனாம். சில சமயம் கடுக்காயை அதிகம் சாப்பிட்டு விட்டதால் ஏதேனும் கெடுதி உண்டானால், தேனைப் பருகச் செய்யத் தீரும்.

தேனானது கடுக்காய்க்குத் துணை மருந்துப் பொருளாக இருப்பதுடன், அதற்குப் பரிகாரப் பொருளாகவும் இருக்கின்றது.

கடுக்காயின் யோகமுறைகள் (கூட்டு முறைகள்) அவற்றுள் அனுபவ சித்தமான சில முறைகளை இங்கெழுதுவோம்.

கடுக்காய் இளகம்: மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோலை இடித்துத் துணியில் வடிகட்டிய தூள் 10 பலம் (350 கிராம்), தூய்மை செய்த சிவதைவேர் 2 பலம் (70 கிராம்), கடுகுரோகணி, இலவங்கம், சிறுநாகப்பூ, வாலுழுவையரிசி, கர்க்கடகசிங்கி, கருஞ்சீரகம், மிளகு, தான்றிக்காய்த் தோல், கொத்தமல்லிவிதை, தாளிசப்பத்திரி இவற்றை தனித்தனியாக இடித்துத் துணியில் வடிகட்டிய தூள் வகை ஒன்றுக்குப் பலம் ¼ (8¾ கிராம்), கரிசாலை, வல்லாரை, புலியாரை, நில ஆவாரை, இவைகளைத் தனித்தனியே நிழலிலுலர்த்தி இடித்துத் துணியில் வடிகட்டிய தூள் வகை ஒன்றுக்கு 2 பலம் (70 கிராம்) தூய்மை செய்த பூநீறு 1ரு வராகனெடை சர்க்கரை 25 பலம் (875 கிராம்).

செய்முறை: கடுக்காய்த் தூளில் வாதுமை நெய்யை அல்லது பசுவின் நெய்யை தெளித்து நெய்ப்பசை உண்டாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்தும் சர்க்கரையைப் பாகுசெய்து பாகுபதத்தில் முன் கலந்த தூள்களைக் கொட்டி கிளறி நன்றாக கலந்துப் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

அளவு: 1¼ முதல் 1½ வராகனெடை காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உபயோகிக்கலாம்.

தீரும் நோய்கள்: சிறுநீர்க்கட்டு, மலக்கட்டு, கோழைக்கட்டு, உட்டிணவாயு, மேகக்காந்தல், உள்ளங்கால் எரிச்சல்,

குலை எரிச்சல், குடல் புரட்டல், மூலச்சூடு, உட்சூடு, அழலை, இளைப்பு, இருமல், புகைச்சல், வறட்சி, சோகை முதலிய பல நோய்கள் தீரும். இதனை அடிக்கடி அல்லது தொடர்ச்சியாகப் பயன்படுத்திவரின் உடலிலுள்ள பலநோய்கள் தீர்ந்து உடல் நலம் நிலைத்திருக்கும். பற்பல பற்பங்கள், செந்தூரங்கள் ஆகியவைகளுக்கும் இதனை துணைமருந்தாகவும் பயன்படுத்தினால் பெரும் பயன்களும் நன்மைகளுமுண்டு. இதில் சொல்லப்படாத பல நோய்களும் தீர்ந்திருக்கின்றன. புத்திசாலிகளானப் பண்டித பெருமக்கள் இதன் அருமையான குணத்தை வெகு விரைவில் அறிந்துகொள்வார்கள். இதன் பெருமையைச் சுருக்கி உறைக்கின் இதைக் காய கற்பத்திற்கு ஒப்பிட்டுச் சொல்லலாம். ஆகையால், அவரவர்கள் உடலியல்பு, நோய் வன்மை முதலியவைகளை அறிந்துச் சமயோசிதமாக பயன்படுத்தியவரின் நற்கீர்த்தியை அடையலாம்.

கடுக்காய் நெய்: விதை நீக்கி இடித்த கடுக்காய்த் தூள் 20 பலம் (700கிராம்) பசுவின் நெய் அல்லது கலப்பான நெய் 80 பலம் (2800 கிராம்), இரண்டையும் கலந்து பீங்கான் சாடியில் போட்டு வெய்யிலில் வைத்து வரவேண்டும். மண் தூசு முதலியவை விழாதபடி வாய்க்கு மெல்லிய துணியால் வேடுகட்டி வைக்க வேண்டும். நாள்தோறும் கலக்கியும் வர இவ்விதம் நாற்பது நாட்கள் சென்றபின் துணியில் வடிகட்டித் திப்பி நீக்கியபின் உபயோகிக்கலாம். வடிகட்டாமல் அவ்விதமே வைத்துக்கொண்டு மேலுக்கு மேலாக நெய்யை இறுத்தும் உபயோகிக்கலாம்.

அவசரமாக வேண்டிய போதும் வெய்யில் அனுகூலமாக இல்லாத காலங்களிலும் அடுப்பின் மீது வைத்துச்

சிறுதீயாக, அரை அல்லது ஒரு மணி நேரம் எரித்து வரவேண்டும், கடுக்காய்த் தூள் வண்ணம் மாறிச் சற்றுக் கருகிய பதமாயின் அதுவே பக்குவமெனத் துணியில் வடிகட்டி உபயோகிக்கலாம். மேற்கண்ட விதமாக ஒரு வாரத்தில் அல்லது நாலைந்து நாளையில் சமயோசிதமாகச் சித்தப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

அளவு: ½ முதல் 1¼ பலம். காலையில் ஒரு வேளை அல்லது காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் நோய், உடல் வன்மைக்கேற்றபடி உட்கொள்ளலாம்.

தீரும் நோய்கள்: கிருமிகள் (நுண்புழுக்கள்), மலக்கட்டு, குன்மம், குட்டம், தோடம், எருவாய்நோய் ஆகியவை தீர்ந்து உடல்வன்மை பெருகித் தாது வளமை உண்டாகும்.

கடுக்காய் பக்குவம் (முறப்பா): பச்சைக் கடுக்காய் 4 சேர். இதனைத் தனித்தனியாக ஈச்சமுள்ளுக் கற்றையால் அல்லது மூங்கிற்சீவற் கற்றையால் நாலாப் பக்கங்களிலும் காய்கள் சிதைந்து போகாமல் பக்குவமாகக் குத்திச் சித்தப்படுத்த வேண்டும். பச்சைக் கடுக்காய்க் கிடைக்காத சமயங்களில் உலர்ந்த கடுக்காய் 2 சேர் (560 பலம்). இதனை அரிசிக் கழுவிய நீரில் ஊறப் போட வேண்டும். ஒரு இரவு, பகல் ஊறின பின்பு அந்தக் கழுவுநீரை விட்டு முன்போலவே 60 நாழிகை ஊறவைத்து முன்போலவே இறுத்துவிட்டு மூன்றாம் தடவையும் முன்போலவே செய்ய வேண்டும். பின்பு மேற்கண்டபடி குத்திச் சித்தப்படுத்திக் கொள்ள வேண்டும்.

குறிப்பு: பச்சைக் கடுக்காய்தான் மேலானது. ஆனால் அது அகப்படாத காலங்களில் உலர்ந்த கடுக்காயும் ஆகும்.

மேற்கண்ட இருவகைகளில் எவ்வகையாயினும் சரியே. கடுக்காயை இரண்டாகப் பிளந்து உள்ளேயுள்ள விதைகளை நீக்கிப் புளித்தமோரிர் ஒரு நாள் ஊறவைத்து மறுநாள் எடுத்து தண்ணீர் விட்டு நன்றாக கழுவி எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

சர்க்கரை 40 பலம் இதில் 10 பலம் தண்ணீரைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி ஒரு கொதி வந்தவுடன் இறக்கி வடிகட்டிக் கொள்ள வேண்டும். இதனை மறுபாத்திரத்தில் விட்டு அதனுடன் தோல் போக்கிய இஞ்சி 24 பலத்தை இடித்துப் பிழிந்து வடிகட்டிச் சுண்ணாம்பு நீக்கின சாற்றைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி இளகப் பதமாக வரும்போது முன் சித்தப்படுத்தி வைத்திருக்கின்ற கடுக்காய்ப் பிளவுகளைப் போட்டு அடுப்பை மெதுவாக எரித்துப் பக்குவமாகக் கிளறிக் கொடுத்துப் பாகெல்லாம் கடுக்காயில் கலந்து வற்றியபின் இறக்கிக் கொள்ளவும்.

மூங்கிலுப்பு 48 வராகனெடை (168 கிராம்), முந்திரி உப்பு 12 வராகனெடை (42 கிராம்), இவ்விரண்டையும் பொடித்துப் போட்டுக் காய்கள் அதிகம் உடைந்து போகமல் மெதுவாகவும் விழிப்புடனும் கிளறிக் கொடுக்க வேண்டும். பிறகு, சாடியில் எடுத்துப் போட்டு வாய்க்கு மூடியிட்டு வெய்யிலில் வைத்து வரவேண்டும்.

அளவு: 1 முதல் 3 வராகனெடை. காலையில் ஒரு தங்க ரேக்குடனும் மாலையில் ஒரு வெள்ளி ரேக்குடனும் சாப்பிடச் சிறப்புக் குணமுண்டாகும்.

தீரும் நோய்கள்: இருமல், சுவாச காசம், ஏழுவகைப் பீனிசம், மலக்கட்டு, நுண்புழு நோய்,

குன்மநோய், மூலவாயு, அறுவகைக் கடுப்பு, நவமூலம், அக்கினி மந்தம், மூலச்சூடு, மேகச்சூடு, பித்தச்சூடு, வாதபித்த சேத்துமமாகிய முக்குற்ற சம்பந்த நோய்கள் முதலியவை பற்பல நோய்கள் தீரும்.

அகத்தியர் கடுக்காய்: அரிசித்திப்பிலி, கண்டத் திப்பிலி, சித்தரமூல வேர்ப்பட்டை, கண்டுபாரங்கி, சீரகம், கிச்சிலிக் கிழங்கு, பூனைக்காலி விதை, பெருஞ்சீரகம், அதிமதுரம், உலர்ந்த ஓதியம்பட்டை இவை வகையொன்றிற்கு 1¼ பலம் (43¾ கிராம்).

இவைகளைச் சிதைத்து மூன்றுபடி தண்ணீரில் போட்டு 24 மணி நேரம் ஊறவைத்து அடுப்பேற்றி கடுக்காய்களைப் போட்டுத் தண்ணீர் ஒரு படியாகச் சுண்டிக் குழம்பு பதமாக இருக்கையில் இறக்கி நன்றாய்க் குளிர ஆறினபின் கடுக்காய்களை எடுத்துப் பிளந்து உள்விதைகளை நீக்கி அம்மியில் வைத்து மைபோல அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பின்னர் மேற்படி குடிநீரை நன்கு வடிகட்டி அதில் 10 பலம் பனைவெல்லத்தைக் கரைத்துப் பாகு செய்து, அதில் முன்னரைத்த கடுக்காய்யைக் கரைத்து, 6 பலம் பசுவின் நெய்யையும் சேர்த்து இளகம் போலச் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 1½ முதல் 2 வராகனெடை, நோய் வன்மையாக இருந்தால் காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உட் கொள்ளலாம்.

தீரும் நோய்கள்: இருமல், எருவாய் நோய், செரியாமை, வயிற்றுவலி, குன்மநோய், மகோதரம், மலக்கட்டு முதலிய பல நோய்கள் தீரும்.

திரிபலைக் கோகிலம் (முத்துவர்): மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல் தூள், தான்றிக்காய்தோல் தூள், நெல்லி முள்ளித் தூள் இம்மூன்றும் வகையொன்றுக்கு 1 பலம், (35 கிராம்). தூய்மை செய்த குக்கில் 5 பலம் (175 கிராம்).

செய்முறை: எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து மரஉரலில் இட்டு, மரஉலக்கையால் இடித்து மைபோலான பின்பு கடலை அளவு மாத்திரைகள் செய்து புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 3 மாத்திரை நோய் வன்மைக்குத் தக்கபடி காலை, மாலை இருவேளையும் உட்கொள்ளலாம்.

தீரும் நோய்கள்: பவுத்திரம், எருவாய் நோய், வீக்கம், வயிற்றுக்கட்டி, மேகநோய் ஆகியவை தீரும்.

குறிப்பு: குக்கில் என்பதை சென்னையில் மைசாட்சியென வழங்குகின்றார்கள். இங்குள்ள மருந்துக் கடைகளில், "குக்கில்" எனக் கேட்டால் தெரியவில்லை. சிலர் குங்கிலியத்தை கொடுக்கின்றார்கள். ஆகையால், குக்கில் அல்லது மைசாட்சி யெனக் கேட்டு வாங்க வேண்டும். ஆகையால், நமக்குத் தெரிந்த வரையில் பல மொழிகளிலுள்ள பெயர்களையும் எழுதுவோம். அது மிக்க பயன் தருவதாய் இருக்கும்.

இதற்கு அரபியில் முக்ல் அல்லது முக்ல் அர்ஜக் என்றும் பார்சியில் போயெஜஹூதான என்றும் இநதியில் கோகில் என்றும், தக்கிளியில் கூகல் என்றும், தெலுங்கில் மைசாட்சி என்றும், கன்னடத்தில் குகளா என்றும், வங்காளத்தில் கூகுல் என்றும், வடமொழியில் குக்கிலா என்றும், சிங்களத்தில் ஐதயு அல்லது ஐவயு அல்லது ரததும்முலா என்றும் பெயர்.

குக்கில் தூய்மை: ஐந்து பலம் முற்றின வேப்பம் பட்டையைச் சிதைத்து ஒரு மண்பாண்டத்தில் போட்டு அதில் ஒருபடி தண்ணீரை விட்டுக் காய்ச்சி அரைப்படியாகச் சுண்டின பின் இறக்கி வடிகட்டித் திப்பி நீக்கினக் குடிநீரை மறுபாண்டத்தில் விட்டு பாண்டத்தின் வாயில் மெல்லிய உரத்த துணியைக் கட்டி அதன் மேல் குக்கிலைப் பரப்பி அதன் மேல் ஒரு சட்டியைக் கவிழ்த்து அடுப்பின் மீது வைத்தெரித்து வந்தால் துணியின் மீதுள்ள குக்கிலெல்லாம் உருகிக் குடிநீரில் வீழ்ந்திருக்கும். ஆறின பின்னெடுத்து ஈரமுலர்த்தி எடுத்துக்கொள்வதே குக்கில் தூய்மையாகும்.

மற்றொரு வகைத் தூய்மை: குக்கில் 2½ பலம் (87½ கிராம்) இதனை ஒரு மண்பாண்டத்தில் இட்டு அதில் 10 பலம். பசுவின் மூத்திரத்தை விட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாக எரித்து மூத்திரம் சுண்டினவுடன் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

ஏமாதி மோதகம்: விதை நீக்கின மஞ்சட் கடுக்காய்த் தூள் 2½ பலம். இதனைப் பசுவின் நெய் அல்லது வாதுமை நெய் தெளித்து நெய்ப்பசை உண்டாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். தான்றிக்காய்த்தோல், நெல்லிவற்றல், இவ்விரண்டையும் தனித்தனியாக இடித்த தூள் வகை ஒன்றுக்கு 1¼ பலம், கார்போகரிசித் தூள் 1¼ பலம், வாய்விளங்கத்தூள், கீழ்கண்ட அயச்செந்தூரம் இவ்விரண்டும் வகை ஒன்றுக்கு 6½ வராகனெடை, கருஞ்சீரகத்தூள், தூய்மைசெய்த மைசாட்சி, கீழ்கண்ட சிலாசத்துப் பற்பம் இவை வகை ஒன்றுக்கு 3¼ வராகனெடை, கண்டத்திப்பிலித் தூள், கொடிவேலி வேர்ப்பட்டைத்தூள் இவ்விரண்டும் வகை ஒன்றுக்கு 1½ வராகனெடை, மிளகுத்தூள் 7/8 மேற்றோல் சீவின சுக்கு, அரிசித்திப்பிலி, கோரைக்

கிழங்கு, இலவங்கப்பட்டை, ஏலரிசி, தாளிசப்பத்திரி, இவற்றைத் தனித்தனியாக இடித்ததூள் வகை ஒன்றுக்கு 3/8 வராகனெடை, சேராங்கொட்டைக் குழித்தைலம் 2 வராகனெடை, கற்கண்டு 16 பலம்.

செய்முறை: தூள்களையெல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து அதில் மைசாட்சியையும் சேராங்கொட்டைத் தைலத்தையும் கலந்து அம்மியில் சிறுகச் சிறுக வைத்து அரைத்து எல்லாம் கலக்கும் படியாகச் செய்து கொள்ள வேண்டும். பிறகு, கற்கண்டைப் பாகு செய்து பாகுபதத்தில் மேற்படி தூள் கலவையைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவிக் கிண்டி கிளறி, 8 வராகனெடையுள்ள சிறு உருண்டைகளாகச் செய்து பீங்கான் பாண்டத்தில் எடுத்து வைக்கவும்.

அளவு: 1 முதல் 3 உருண்டைகள், உடல் வன்மை, நோய் வன்மை முதலியவைகளுக்கு ஏற்றவாறு அதிகப்படுத்தி அல்லது குறைத்துச் சமயோசிதமாக உபயோகிக்க வேண்டியது. இடுப்பிற்குக் கீழ்ப்பட்ட அவயத்திலுள்ள நோய்கட்குக் காலை நேரத்திலும், இரைப்பை முதலியவற்றிலுள்ள நோய்கட்கு சாப்பாட்டுடனும், மார்பிற்குமேல் தலைவரையிலுள்ள நோய்கட்கு உணவிற்குப் பின்பும் இதனைச் சாப்பிட வேண்டியது.

தீரும் நோய்கள்: கண்நோய்கள், அண்ணநோய்கள், உன்மத்தம், மண்டைப்புற்று, மண்டைக்கிரந்தி, கன்னப்புற்று, கன்னப்பிளவை, தொண்டைக்கட்டு, தொண்டை இரணம், வாய் விரணம், வாய்ப்புண் முதலிய நோய்கள், மண்ணீரலைப் பற்றிய நோய்கள். வயிற்றிலுள்ள கட்டிகள், இரைப்பை நோய்கள், பவுத்திர நோய்கள், கிரந்தி நோய்கள், ஆரம்ப குட்ட நோய்கள் ஆகியவை தீரும்.

அயச் செந்தூரம் (ஏமாதி மோதகத்துக்கு): நயப்பான அய அரப்பொடி 2 பலம் (70 கிராம்), (பழைய லாடத்தை ராவிக் கொள்ளலாம்), அரப்பொடியை எலுமிச்சம்பழச்சாற்றில் 6 மணிநேரம் ஊறவைத்துக் கருநிறம் நீங்கக் கழுவிக் கொஞ் சமும் ஈரப்பசை இல்லாமல் காயவைத்த அயத்தூளில் 1 பலம் (35 கிராம்), எடுத்துக் கொள்க. துருசு ¼ பலம் (17½ கிராம்), நெல்லிக்காய்க்கெந்தகம், நவச்சாரம், கூடிய வரையில் திறமான காந்தம், இம்மூன்றும் வகையொன்றுக்கு ¼ பலம் (8 ¾ கிராம்), எல்லாம் முறைப்படி சுத்தம் செய்யப்பட்டதாக இருக்க வேண்டும். இவற்றைக் கல்வத்திலிட்டு ஒருசாமம் வரையில் அரைத்துப் பிறகு ஒரு ஆழாக்குக் குப்பைமேனிச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு அரைக்க வேண்டும். சாறெல்லாஞ் சென்றபின் மெழுகு பதமாக அரைத்து ஒரே வில்லையாகச் செய்து வெய்யிலில் காய வைக்க வேண்டும். கொஞ்சமும் ஈரமில்லாமல் உலர்ந்த பின்பு ஒரு ஓட்டிலிட்டு மேலோடுமூடி 5 சீலைமண் செய்துலர்த்தி 15 பலமுள்ள 20 விராட்டியில் புடமிட்டு ஆறின பின் எடுத்து நிறுத்தால் வைத்த சரக்குகளின் எடைக்குக் கொஞ்சம் அதிகமாகவே இருக்கும் வைத்த சரக்குகளில் ஒன்றேனும் ஓடிப் போகாமல் ஒன்றையொன்று கிரகித்துக் கொள்ளும், பிறகு, கீழ்க்காய் நெல்லிச் சமூலத்தை இடித்துப் பிழிந்து வடிகட்டின சாறு ½ ஆழாக்கு, மேற்படி புடமிட்ட செந்தூரத்தைக் கல்வத்தி விட்டு மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்துச் சாறெல்லாஞ் சுண்டினபின் ஒரே வில்லையாகச் செய்து முன்போலவே உலர்த்தி முன்போலவே ஓட்டிலிட்டுச் சீலைமண் செய்து முன்போலவே புடமிடவும்.

இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி 3 புடம் (சுடுகை) போடவும். ஆக மொத்தம் நான்கு புடமிட்டுத் தீர்ந்த பின்பு ½ பலம் அன்ன பேதியைச் சேர்த்து, எலுமிச்சம்பழச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக விட்டு, 2 சாமம் அரைத்து வில்லைத் தட்டிக் காய வைத்து அகலில் வைத்து மேலகல் மூடிச் சீலைமண் பலமாகச் செய்து முன்போலப் புடம் போடவும். இவ்விதம். இது செம்மையாகச் சிவக்கின்ற வரையில் அதாவது முருக்கம்பூ வண்ணமாகின்றவரையில் மேற்கூறியபடி அன்னபேதியைச் சேர்த்துப் புடமிடவும்.

அளவு: ½ முதல் 1 குன்றிமணி எடை, தேன்; நெய் முதலியவைகளில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: எல்லா நோய்கட்கும் உபயோகமாம். இது இரசவாத முறைக்கும் உபயோகப்படுகின்றபடியால் தெரிந்தவர்கள் மூலம் அறிந்துகொள்ள வேண்டும். இது செய்வதற்குச் சற்று கடினமானதாயினும், இலகுவில் ஆகும். மற்றச் செந்துரங்களைப் பார்க்கிலும் நூறு மடங்கு மேலான குணத்தைத் தரத் தக்கது. இதைச் செய்வதற்கு மலைக்கின்றவர்கள் கீழ்க்காணும் செந்தூரத்தைச் செய்து சேர்த்துக் கொள்ளலாம். அது பின்வருகின்ற விதமாம்.

5 பலம் அன்னபேதியைக் கல்வத்திலிட்டு எலுமிச்சப் பழச்சாற்றை விட்டு 2 சாமம் அரைத்து வில்லைத் தட்டி உலர்த்தி அகலில் வைத்து மேலகல் மூடி சீலைமண் செய்து கனத்த புடமிட்டாறினபின் எடுக்க மிக மேலான செந்தூரமாகும். இச் செந்தூரத்தை முன் சொல்லப்பட்ட ஏமாதி மோதகத்தில் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

சிலாசத்து பற்பம் (ஏமாதி மோதகம்): சிலாசத்து 2½ பலம் இதனைச் சிறுதுண்டுகளாகச் செய்து இளநீரில் ஊறப்போட வேண்டும். அந்த நீரானது மேற்படி சிலாசத்து அமிழ்ந்து போகும்படியாக இருக்க வேண்டியது. 12 மணிநேரம் ஊறவைத்து நீர்விட்டு மண் முதலிய மாசுகள் போகக் கழுவித் தூய்மையாக எடுத்துக் கொள்க. பிறகு, ஈரத்தை மெல்லிய துணியில் துவட்டி உலர்த்திக் கல்வத்திலிட்டுக் காட்டுச் சிறுநீரைச் சாறு, நெருஞ்சிச்சாறு, ஆவாரை இலைச்சாறு ஆகிய இம்மூன்றில் ஏதேனம் ஒன்றின் சாற்றை விட்டு 4 சாமம் அரைத்து வில்லை தட்டி உலர்த்தி அகலிலிட்டு மேலகல் மூடி சீலைமண் செய்துலர்த்திக் கனத்த புடமிட்டாறினபின் எடுக்க பற்பமாகும்.

இதனையும் உட்டிணவாயு சம்பந்த நோய்களுக்கு நெய், வெண்ணெய் முதலிய துணைமருந்துகளில் கொடுக்கலாம். மேற்கண்ட ஏமாதி மோதக முறையிலும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

இதனைச் செய்ய இயலாத சமயத்தில் மேற்கண்டபடி இளநீரில் தூய்மை செய்த சிலாசத்தைத் தூள் செய்தும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.

பாவனக் கடுக்காய்: பருமனான நூறு மஞ்சள் கடுக்காய்களை இரண்டாந் தடவைக் கழுவி எடுத்த 5 படி கழுநீரில் போட்டு மூன்று நாள் ஊறவைத்து நான்காம் நாளில் இறுத்து விட வேண்டும். பின்னர் முன்போலவே கழுநீரில் இரண்டாந்தடவையும் மூன்று நாள் ஊறவைத்து இறுத்து விடவும். மூன்றாந் தடவையும் இவ்விதமே செய்து, கழுநீரை இறுத்துக் கடுக்காய்களைத் துண்டித்து விதைகளை நீக்கிவிட வேண்டும். இக்கடுக்காய்களை ஒரு

மண்பாண்டத்தில் இட்டு அதில் 6 படிக்குக் குறையாமல் புளித்தமோரை விட்டு, ஊற வைப்பதற்கு, முன் உள்ள கடுக்காயின் எடையில் ¼ எடை கறியுப்பை, அல்லது இந்துப்பை முன் மோரில் கரைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாக எரித்து மோரெல்லாம் கண்டினபின் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டும். மிளகு, இந்துப்பு, சுட்டெரித்த வசம்புப் பற்பம், மேல்தோல் நீக்கப்பட்ட சுக்கு இவை வகை ஒன்றுக்கு 1 பலம் கொடிவேலி வேர்ப்பட்டை, அரிசித்திப்பிலி, செவ்வியம், திப்பிலி மூலம் இவை வகை ஒன்றுக்கு ½ பலம் இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாய்ச் சேர்த்து இடித்து முன் சித்தப்படுத்தின காய்களில் தூவித் தூவிக் கீழும் மேலுமாகப் புரட்டி விட்டு ஒருபடி எலுமிச்சம் பழச்சாற்றை சிறுகச் சிறுகத் தெளித்துக் காய்களைக் கீழும் மேலுமாய்ப் புரட்டிப் பிசறித் தூசி முதலியவைகள் விழாமல் விழிப்புடன் பாண்ட வாய்க்குச் சன்னவலை முதலியவை கட்டியதை ஒரு நாள் வெய்யிலிலும் ஒரு நாள் நிழலிலும் வைத்துப் பழச்சாறு எல்லாம் வற்றின பின்பு ஒருபடி இஞ்சிச்சாற்றை முன்போலவே விட்டு ஒருநாள் வெயயிலிலும் ஒருநாள் நிழலிலும் வைத்து இஞ்சிச்சாறு வற்றிவிட்டால் அதுவே பக்குவமாம்.

அளவு: உணவிற்கு முன்னும் பின்னும் ஒன்று அல்லது 1½ வராகன் எடை சாப்பிட வேண்டும். சாப்பாட்டுடன் அன்றியும் தினம் காலை, பகல், மாலை என மூன்று வேளையும் சாப்பிடலாம்.

தீரும் நோய்கள்: செரியாமைச்சூலை, வாந்தி (கக்கல்), குன்மம், வாத, பித்த, சிலேத்துமக் (வளி, அழல், ஐயக்) குற்றங்கள், இரைப்பிருமல், என்பு கரம், தொடர்க்கழிச்சல், எருவாய்

நோய், நாசீகாபீட நோய், வீக்கம், பாண்டு, சுவையின்மை; பக்கசூலை முதலியவைகளும், இரைப்பையைப் பற்றின பற்பல வாத நோய்களும் தீரும். மேலும், விந்து பெருக்கம், உடல் வளமை முதலியவைகளும் உண்டாகும்.

மகாதிரிபலாதி நெய்: மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த்தோல், நெல்லிவற்றல், இம்மூன்றும் தனித்தனி வகை ஒன்றுக்கு 10 பலம் (350 கிராம்). இவற்றுள் ஒவ்வொன்றையும் தனித்தனியாக இரண்டுபடி நீரில் போட்டு 6 மணி நேரம் ஊறவைத்துப் பிறகு அடுப்பேற்றிக் காய்ச்சி தனித் தனி கால்கால் படியாகச் சுண்டவைத்திறக்கி, இளஞ்சூட்டில் பிசைந்து வடிகட்டித் திப்பி நீக்கிவிட்டக் குடிநீரைப் பழகின நெய்ப்பாண்டத்தில் விட்டு வைத்துக் கொள்க.

வல்லாரைச்சாறு, கையாந்தகரைச்சாறு, வெள்ளாட்டுப் பால் அல்லது பசுவின்பால் இம்மூன்றும் வகையொன்றுக்கு 2 படி, பசுவின் நெய் ஒரு படி.

இந்த வகைகளையும் முன் குடிநீருடன் சேர்த்து இரண்டு மூன்று நாள்கள் தினம் இரண்டொரு தடவை அடுப்பில் வைத்துச் சூடுகாட்டி வரவும் வேண்டும். நாலாம் நாள் மேல் தோல் சீவின சுக்கு, மிளகு, அரிசித்திப்பிலி, மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி, வெண்சந்தனம், செஞ்சந்தனம், இந்துப்பு, ரோசாப்பூ, அதிமதுரம், மஞ்சள், மரமஞ்சள் அதிவிடயம், செண்பகப்பூ, கொத்துமல்லிவிதை, விலாமிச்சம் வேர், சடாமாஞ்சில், ஏலரிசி, ஏலக்காய், வால்மிளகு இவை வகை ஒன்றுக்கு ½ பலம் (17½ கிராம்).

இந்தச் சரக்குகளைச் சிதைத்து 2 படி நீரில் போட்டு 6 மணி நேரம் ஊறவைத்துக் காய்ச்சிக் கால்படியாகச் சுண்ட வைத்து இறக்கி இளஞ்சூட்டுடன் பிசைந்து வடிகட்டித் திப்பி நீக்கின கியாழத்தை முன்சித்தப்படுத்தி இருக்கும் யோகத்தில் விட்டுக் காய்ச்சிக் கடுகு திரளும் பதத்தில் இறக்கிக் கம்பளித் துணியில் வடிகட்டிப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: வேளை ஒன்றுக்கு ½ முதல் 1 பலம் வீதம் சாப்பிட வேண்டும். காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் சாப்பிடலாம். இதனைக் கண்ணிற்கும் கண்மருந்தாக இட்டும் வரலாம். மூக்கு, நசியமும், காதுகளில் சொட்டு சொட்டாக ஊற்றியும் வரலாம்.

இந்த நெய்யானது கண் நோய்கட்குச் சஞ்சீவிக் கொப்பானது. நயனாமிருதம் என்பது இதுவேயாம். கண்ணிருளல், கண்ணில் அரிப்பு, கண்ணில் நீர்வடிதல், கண்பார்வை மங்குதல், கண் பூ முதலிய நோய்கள் தீரும். கண்ணொளி துலங்கிப் பிரகாசமுண்டாகும். கண்ணில் நீர் இறங்குவதும் தடைபடும். கண்பார்வை அதிகப்பட்டும் முடிவாகச் சொல்லின் கண்ணிலுண்டாகும் சிறுநோய், பெருநோய்களாகிய எல்லா நோய்களும் தீரும். ஜீவந்தில் நெய்யிற்குப் பதிலாக இதனை பயன்படுத்தலாம்.

மருந்துணவு: ஒன்றுமேயில்லை. ஆனால் நோயை பாதிக்கப்படுத்தும் காய்கறிகளையும், உடலியல்பிறகாகாத காய்கறி களையும், நீக்க வேண்டியதே முக்கிய மருத்துணவாம்.

சிறு திரிபலாதி நெய்: மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி இவை வகை ஒன்றுக்கு 10 பலம் இவற்றைத் தனித்தனியாக இரண்டு படி நீரில் ஓரிரவு

ஊறவைத்து மறுநாள் காய்ச்சி, நான்கிலொரு பாகமாகச் சுண்ட வைத்திறக்கி வடிகட்டினக் கியாழம் வகை ஒன்றுக்கு ½ படி ஆடாதோடை இலைச்சாறு, தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குச்சாறு, கையாந்தகரைச்சாறு, வெள்ளாட்டுப் பாலானால் உத்தமம். அது அகப்படாவிட்டால் பசுவின் பால் சேர்க்கலாம். சருகு நீக்கின சீந்திற்கொடிச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச்சாறு, பசுவின் நெய், இவை வகை ஒன்றுக்கு அரைப்படி.

செய்முறை: எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து அடுப் பேற்றிச் சிறுதீயாயெரித்து மெழுகு பதத்தில் வடிகட்டிப் பீங்கான் பாண்டத்தில் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: ¼ பலம் காலை, மாலை, இரண்டு வேளையும் உபயோகிக்கலாம். இதனைக் கண்ணிலிட்டும் வரலாம்.

தீரும் நோய்கள்: கண் மங்கல், கண்ணெரிச்சல், கண் புகைச்சல், கண்ணில் நீர்வடிதல், கண்ணரிப்பு முதலிய பல நோய்கள் தீரும்.

திரிபலாதிச் சூரணம் (முப்பலைத் தூள்): மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல் நெல்லிமுள்ளி இவைகளைத் தனித்தனி இடித்தத் தூள், வெள்ளரி விதைப் பருப்பு, இந்துப்புத் தூள், சிலாசத்துப் பற்பம் அல்லது, சிலா சத்துத்தூள் இவையாவும் சம எடை.

செய்முறை: முன்னே வெள்ளரிப் பருப்பை மைபோல அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். முன் மூன்று தூள்களையும் கலந்து பசுவின் நெய்யைத் தெளித்து நெய்ப்பசை உண்டாக்கிக் கொள்ள வேண்டும். பிறகு, எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து அரைத்து பீங்கான் பாண்டத்தில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

அளவு: ¾-1-1½ வராகன் எடை சமயோசிதமாக பயன்படுத்தலாம்.

தீரும் நோய்கள்: நீரடைப்பு, நீர்க்கட்டு, நீரெரிச்சல், நீர்த் தாரையழலை, சொட்டு மூத்திரம் முதலிய நீர் சம்பந்த நோய்கள் தீரும்.

குறிப்பு: இம்மருந்தை உட்கொண்டு, அதன்மேல் இளநீர், பால்நீர் (அதாவது பால் ஒரு பங்கு, தண்ணீர் இரண்டு பங்கு, ஆகிய இரண்டையும் கலந்ததற்குப் பால்நீர் எனப்படும்) மோர் இவைகளில் ஏதேனும் ஒன்றைப் பருகச் செய்ய வேண்டும்.

திரிபலாதிச் சூரணம் (வேறு): மஞ்சட் கடுக்காய்த்தோல் தூள், தான்றிக்காய்த் தோல் தூள், நெல்லிமுள்ளித் தூள், நற்சீரகத்தூள், இந்நான்கும் வகை ஒன்றுக்கு ½ பலம் சீந்திற் சர்க்கரை 1 பலம் (35 கிராம்), வெள்ளைச் சர்க்கரை 3 பலம் (105) கிராம்.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும்.

அளவு: 1½ முதல் 3 வராகன் எடை.

தீரும் நோய்கள்: புராணச்சுரம், பித்தச்சுரம் முதலிய பல சுரங்கள் தீரும்.

மேக சஞ்சீவிக் குடிநீர்: மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், பிஞ்சுக் கடுக்காய், மஞ்சிட்டி, வெண்சந்தனம், செஞ்சந்தனம், உலர்த்தின நிலவேம்பு சமூலம், வேப்பம்பூ, நூறாண்டு சென்ற வேப்ப மரப்பட்டை (இது அகப்படாவிட்டால்) கூடிய வரையில் கிடைக்கக்கூடிய

முதிர்ந்த வேப்பமரப்பட்டையைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்). உலர்த்தின கொட்டைக் கரந்தைப்பூ, விதை நீக்கின சீமை இலந்தைப்பழம், (இது அகப்படாவிட்டால் நாட்டிலந்தைப் பழ வற்றலைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம்.) இவை வகை ஒன்றுக்கு 1 வராகன் எடை (3½ கிராம்), குச்சி காம்பு இவை நீக்கின சூரத்து நில ஆவாரை 1 அல்லது 1½ வராகன் எடை.

செய்முறை: *எல்லாவற்றையும் சற்றுச் சிதைத்து ½ படி நீரில் இரவில் ஊறவைத்துக் காலையில் காய்ச்சி அரை ஆழாக்காக சுண்ட வைத்து இறக்கி இளஞ்சூட்டில் பிசைந்து வடிகட்டித் திப்பி நீக்கின குடிநீரில் (விருப்பப்பட்ட அளவு சர்க்கரையைச் சேர்த்துக் கலக்கிப் பருகச் செய்யவும். சர்க்கரை சேர்க்காமலும் பருகச் செய்யலாம்). காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் உட்கொள்ள வேண்டும், மாலையில் அவசியமில்லை.*

தீரும் நோய்கள்: இரத்தத்திலுள்ள குற்றங்களை எல்லாம் நீக்கித் தூய்மைப்படுத்தும். மேகநீர், நச்சுநீர், நச்சுக்கடி, உடலிலுள்ள சொறி, சிரங்கு, புண், கரப்பான், கிரந்தி, சூலைக்கட்டு, கீல்வாயு முதலியவைகளெல்லாம் தீரும். இரணமேகம், பெருநோய் முதலியவைகளும் தீர்ந்திருக்கின்றன. இதனைத் தொடர்ச்சியாக ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள வேண்டும் அல்லது இடையில் 4 அல்லது 5 நாள் விட்டு விட்டும் உட்கொள்ளவும்.

மருத்துணவு: *கடலையை ஊறவைத்து எடுத்த நீரைச் சிறப்பாக உட்கொள்ள வேண்டும். சாப்பிடும் காய்கறிகளை அந்த நீரில் சமைத்தும் சாப்பிடலாம் அல்லது அந்த நீரைத் தனியாகவும் பருகச் செய்யலாம்.*

குறிப்பு: இந்தக் குடிநீரானது பார்வைக்கு மிக எளிதாகத் தோன்றினாலும் இதனால், அநேகப் பெரிய நோய்களெல்லாம் தீர்ந்திருக்கின்றன. பல மருத்துவர்களால் கைவிடப்பட்ட அநேக மாபெரும் நோய்கள் இதனால் நலப்பட்டிருக்கின்றன.

பந்தனக் குடிநீர்: ஐந்து பலம் மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோலை ஒருபடி நீரில் போட்டுக் காய்ச்சி மூன்றிலொரு பாகமாகச் சுண்ட வைத்துப் பிசைந்து வடிகட்டின குடிநீரால் எருவாய், நீர்த்தாரை முதலிய இடங்களைக் கழுவி வர, குருதி எருவாய் முளை, இரத்த ஒழுக்கு, மகளிர் மேக நீரொழுக்கு, பெண்கள் மேக ஒழுக்கு, பெரும்பாடு, இரத்தப்போக்கு முதலிய நோய்கள் தீரும்.

அரிதகிப் பற்பம்: தேவையான எடை மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோலை ஒரு இரும்புச்சட்டியில் வைத்து அதன் மேல் மற்றொரு இரும்புச் சட்டியால் அல்லது, மண்சட்டியால், மூடி ஆவி வெளியில் போகாமல் செய்ய வேண்டும். அதாவது, சந்தில்லாமல் மண் சீலை அல்லது உழுந்துமாச்சீலை செய்து விடுவதாம். பிறகு, அடுப்பின் மீது வைத்து மெதுவாக எரித்துச் சாம்பலாக்கிக் குளிர ஆற விட்டெடுத்துக் கல்வத்தில் பொடித்துத் துணியில் வடிகட்டி வைத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: இதனை அஞ்சனமாகக் கண்ணில் தீட்டி வரக் கண்ணீரொழுக்கு, கண்ணீர்ப் பாய்ச்சல், கண்ணீர் வடிதல் ஆகியவை தீரும். கண்ணொளி பெருகும்.

மேற்படி கடுக்காய்ப் பற்பம் ஒரு பங்கு, கெட்டித்தேன் ஒரு பங்கு, முட்டை வெள்ளையம்பிலி ஒரு பங்கு

இவற்றைக் கலந்து கண்ணைச் சுற்றிலும் பற்றிட கண்சிவப்பு, கண்ணில் நீர்வற்றி இருத்தல், கண் வீக்கம் ஆகியவை தீரும்.

மேற்படி கடுக்காய்ப் பற்பத்தைக் கெட்டித் தேனை விட்டு மைபோலரைத்து செம்புச்சிமிழில் வைத்துக்கொண்டு காரீய சலாகையால் அரை மிளகளவு கண்ணிலிட்டு வரக் கண்ணிலுள்ள புண், கண்ணில் அடிப்பட்ட காயம், கண்ணி லுண்டான குத்துக் காயம் ஆகியவைகள் தீரும்.

மேற்படி கடுக்காய்ப் பற்பத்தைச் சேவல் இரத்தத்தில் குழைத்துக் கண்ணைச் சுற்றிலும் பற்றிட்டுக் கண்ணிலும் தீட்டி வரக் கண்ணிலுண்டானக் கத்திக்காயம், கண்ணிலுண்டான முள்காயம், கண்ணிலுண்டானக் கூர்மையான கற்காயம் முதலிய பல ஆயுதக் காயங்கள் ஆறும்.

மேற்படி கடுக்காய்ப் பற்பம் ஒரு பங்கு, பச்சைக் கற்பூரம், ஒரு பங்கு, தேன் 10 பங்கு இவற்றைக் கல்வத்திலரைத்து மெல்லிய துணியில் வடிகட்டிப் புட்டியில் வைத்துக் கொண்டு காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் கண்ணிலிட்டு வர, கண்ணொலி மங்கல், மந்தப்பார்வை, வெள்ளெழுத்து, ஆரம்பமாக இறங்கும் பித்தநீர், பித்தநாசம் ஆகியவை தீர்ந்து கண்பார்வையின் சக்தி அதிகமாகும்.

மேற்கண்ட கடுக்காய்ப் பற்பத்தைக் காட்டாமணக்குப் பாலில் குழைத்து ஆறாத இரணத்தில் போட்டுவர வெகு சீக்கிரத்தில் அது ஆறிப் போகும்.

மேற்கண்ட கடுக்காய்ப் பற்பம் 1 வராகனெடை, புங்கம் பால் 1 வராகனெடை, தேன் 1 வராகனெடை, இவற்றைக் கல்வத்தில் இட்டு 1 மணி நேரம் அரைத்துச் சிமிழில் வைத்துக் கொண்டு மெல்லிய திரியில் நனைத்து

இரணத்தின் புரைகளில் செலுத்தி வரப் புரையுள்ள இரணம், ஆறாத இரணம் முதலியவை தீரும்.

மேற்கண்ட பற்பம் ½ வராகனெடை, மாசிக்காய்ச் சத்து ½ வராகனெடை, இரண்டையும் கலந்து கொள்க. கொத்தமல்லிக் கீரைச்சாறு, தேன் இவ்விரண்டும் வகை ஒன்றுக்கு மூன்று வராகனெடை இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து உட்கொண்டுவர இரத்தம் கக்கல், குருதி கொட்டல் ஆகியவை உடனே தீரும். நாள்பட்டதாயின் இரண்டு மூன்று நாள்களுக்கள் குணங்காணும்.

மேற்கண்ட கடுக்காய்ப் பற்பம் ¼ வராகனெடை, மேற்கண்ட பாகப்படியே பற்பம் செய்யப்பட்ட விரலி கறிமஞ்சள், மஞ்சள் பற்பம் ¼ வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து ஒரு பலம் சிற்றாமணக் எண்ணெயில் குழைத்து உண்ணச் சுவாசம், இரைப்பு முதலிய கப சம்பந்த நோய்கள் தீரும்.

மேற்கண்ட கடுக்காய்ப் பற்பம் ¼ வராகனெடை மேற்கண்ட பாகப்படியே செய்யப்பட்ட புகையிலைப் பற்பம் 2 குன்றிமணி எடை, இரண்டையும் கலந்து ½ பலம் பசுவின் நெய்யில் குழைத்து உட்கொண்டுவர சுவாசகாசம், இரைப்பு, மந்தாரகாசம், கடின சுவாசம் ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

குறிப்பு: மேற்கண்ட கடுக்காய்ப் பற்பமானது பற்பல நோய்களுக்குப் பயனாகிறது. ஆகையால், சாவகாச காலங்களில் 10 பலம் கடுக்காய்த் தோலை மேற்கண்ட பாகப்படி பற்பமாகச் சித்தப்படுத்திக் கொண்டால் உற்ற சமயங்களில் உபயோகிக்கலாம். இது மிகச் சிறப்பாகக் கண்

நோய்கள், இரத்த ஒழுக்கு நோய்கள், விந்து ஒழுக்குகள், புண்கள், புரைகள், கபசம்பந்த நோய்கள் முதலிய பற்பல நோய்களுக்குப் பயன்படும்.

இதனை உள் மேல் என்ற இருவகைகளாகவும் உபயோகிக்கலாம். ஆனால், நோய்க்குத் தகுந்த துணைமருந்துகளில் கொடுக்க வேண்டும். இந்தப் பற்பமானது வைத்திய இரகசிய முறைகளில் முக்கியமானது. அப்பன் தன் பிள்ளைக்கும் மறைத்து வைப்பது உண்டு. இது உண்மை தெரிந்தவர்கள் இதனைச் சமயோசிதமாகவும் தகுந்த விதமாகவும் உபயோகித்துச் சித்தி பெறுவார்கள்.

*பிற்சேர்க்கை

கடுக்காய்க்குச் சிறப்பாக சித்தர் நூல்களில் காணப்படும் வேறு பெயர்கள்: அக்கோடம், அங்கணம், அந்தன், அமரிதம், அமலை, அமுதம், அம்மை, அபிர, அலியன், இரேசகி, ஏமவதி, ஐயவி, கடு, காயத்தா, சிரோட்டம், சேயா, திவ்வியா, பண்டிதவாய், தேவி, நந்திரி, நெச்சி, பாரியம், பிடக்குவரா, பூதனா, பூதன், பிராணதா, மேகம், வயதரம், வனதுர்க்கி, விசயவேதன், உரோகிணி னப் பல பெயர்களால் குறிக்கப்படுகிறது.

தனிப்பண்பு (பிரபாவம்): பிரபாவம் என்பது வட சொல், இயற்கையில் ஒரு பொருளுக்கு ஒரு சுவையும், தன்மையும் இருப்பது போலப் பிரிவும் பிரிவின் அடிப்படையில் அதன் செய்கையும் அமைந்திருக்கும்

---

*ஹக்கீம் அப்துல்லா சாகிபு அவர்கள் நூலில் காணப்படாத சில முக்கியக் குறிப்புகளை டாக்டர் வி.விசுவநாதன், எல்.ஐ.எம்., தனி அலுவலர் சித்தர் அறிவியல் வளர்ச்சிக் குழு அவர்களால் எழுதப்பட்டு இணைக்கப்பட்டுள்ளது.

மூன்றாம் பதிப்பு (தமிழக அரசு வெளியீடு) பக்கம் 160-161 கண்டு கொள்க.

கடுக்காய் வகைகளின் தனிப்பண்பு பட்டியல்

எண்.	பெயர்	கிடைக்கும் நாடு.	உருவ அமைப்பு. சித்தர் நூல்.	பிற நூல்.	கற்பமாய் உண்பதால் பெறப்படும் பயன்கள்.
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
1	விசயன் வே.பெ. விசயா.	விந்திய நாடு அவந்தி.	பேய்ச் சுரைக்காய் போன்ற உருவம்.	சுரைக்காய் போன்று நீண்டு இருக்கும்.	வாதத்தைப் போக்கும்.
2	அரோகணி.	கன்னியாகுமரி.	பெரிது, நாலு கீற்றுகளை உடையது.	உருண்டை வடிவம் நாலு வரை போன்ற குறிகள் உடையவை சிந்து நாட்டிலும் கிடைக்கும்.	சீதம்போம், நுண்புழுக்கள் நாசமாகும்.
3	பிரிதீவி வே.பெ. போதனா	சௌராட்டிர தேயம்.	தசை பெருத்து மேல் தோல் சிறுத்துள்ளது.	மெல்லிய தோல் நான்கு வரை போன்ற குறிகள் உண்டு.	ஆமதோடம் கழலும், கிருமிகள் விழும்; நாடியும் உடலும் தூய்மையாகும்.
4	அமிர்தை.	காசி.	நல்ல தசைப் பற்றுள்ளது மஞ்சள் நிறம்.	விம்மித் தடித்துத் தசை மிகுந்துள்ளது. பல வரை போன்ற குறிகள் உடையது. கிட்கிந்தா நாட்டிலும் கிடைக்கும்.	அனைத்து நோய்களையும் நீக்கவல்லது. தசையின் நோய்களை நீக்கும். குரல் இனிமையடையும்; நன்கு பாட வரும்.

5	சீவந்தி வே.பெ. ஜாந்தி	மச்சதேயம் மற்றும் எல்லா காடுகளிலும் கிடைக்கும்.	பொன்னிறமாக உள்ளது.	தங்கச்சாயலை உடையது. மகாராட்டிரத்திலும் மற்றும் பல காடுகளிலும் காணப்படும்.	எல்லா நோய்களையும், போக்கவல்லது. உடலை அழியாது நிலைத்திருக்கச் செய்யவல்லது. மூலாதாரத்தை வெளியாகத் தோற்றுவிக்க வல்லது.
6	திருவிருதை வே.பெ. சீதகி மொந்தன்.	மச்சதேயத்திலும் மற்றும் எல்லா மலைக்காடுகளிலும் காணப்படும்.	ஐந்து நிறங்களை உடையது.	மூன்று வரிகளும் ஐந்து நிறங்களும் உடையது. பொதிய மலையில் பயிராகியுள்ளது.	முப்பிணிகளும் விலகும். உடல்கற்பாந்த காலம் நிலைத்திருக்கும்.
7	அபயன்	பொதியமலை என்பர் அகத்தியர். பூமிதனி காண்பதரிது என்பர் போகர்.	கருப்பு நிறம்.	தசைப் பற்றுள்ள தாய் ஐந்து வரை போன்ற குறிகள் உடையவைகளாம். கிட்கிந்தா நாட்டில் கிடைக்கக்கூடியது.	மும்மலங்களைப் போக்கும்; நாடிகள் முறுக்கேறும்; ஆயுள் மிகும்; உடல் அநேக நாள் அழியாமல் அழுத்தமாக இருக்கும். ஒழுக்கமும் நற்குணங்களும் உண்டாகும். பூதப்பிரதேசங்கள் நலிவு செய்யா. எண்பது வயதானவர்களும் இதன் கற்பத்தால் பெரும் பயன் அடையலாம்.

என்பது பொதுவிதி. எடுத்துக்காட்டாக சித்திர மூல வேர்ப்பட்டையை எடுத்துக் கொள்வோம். இது கார்ப்புச் சுவையும், வெப்பத் தன்மையும் உடையது. இதன் பிரிவு கார்ப்பாகவும், இதன் செய்கை வெப்பத்தை உண்டு பண்ணி கொப்புள மெழுப்பியாகப் புறத்திலும், உட்கொண்டால்; பசிதீத் தூண்டியாகவும், வெப்பகற்றியாகவும், வியர்வை பெருக்கியாகவும் பணி செய்கின்றது. இதுபோன்று கார்ப்புச் சுவையும் வெப்பத்தன்மையும் உடைய நேர்வாளம் கார்ப்புப் பிரிவை அடைந்த போதிலும் கழிச்சல் உண்டாக்க வல்லதாய் உள்ளது. (சில நூல்களில் நேர்வாளத்தின் சுவை கைப்பு என்றும் காணப்படுகின்றது). இவ்வண்ணம் ஒரு பொருளின் சுவை தன்மை, பிரிவின் வழி அதன் செய்கை இல்லாமல் வேறு வகையாக இருக்குமாயின் அப்பொருளின் அத்தகையத் தன்மையைப் பிரபாவம் என்று கூறுவர். இதனை ஒரு பொருளின் தனிப்பண்பு என்றும் கூறலாம்.

கடுக்காயின் பிரபாவம் என்ன! கடுக்காயைப் பொதுவாகச் சுவைத்தால் துவர்ப்பாக உள்ளது. ஆனால், இக்கடுக்காயின் ஒவ்வொரு பாகத்துக்கு ஒவ்வொரு சுவை உண்டு. இதன் தசை துவர்ப்பாகவும், நரம்புகள் புளிப்பாகவும், காம்பின் புறம் கைப்பாகவும், மேல் தோல் கார்ப்பாகவும், இதன் பருப்பு இனிப்பாகவும் இருக்கும். இக்காயில் உப்புச் சுவை நீங்கலாக மற்றெல்லாம் சுவைகளும் உண்டு. இதுபோன்ற சரக்கு மருத்துவ உலகில் வேறொன்று இல்லை. இதுவே இதன் முதல் பிரபாவமாகும் (தனிப்புண்பு).

இது வெப்பத் தன்மை உடையது, பிரிவு இனிப்பாகின்றது. பொதுவாகத் துவர்ப்பு, கைப்பு, கார்ப்பு என்ற சுவைகளை

உடைய பொருள்கள் எல்லாம் கார்ப்புப் பிரிவை அடைவது பொதுவிதி; ஆனால், கடுக்காய் இனிப்புப் பிரிவை அடைகிறது. இது இதற்குரிய இரண்டாவது தனிப்பண்பு ஆகும்.

இதன் இனிப்புச் சுவை பித்தக் குற்றத்தையும், புளிப்புச் சுவை வாதக் குற்றத்தையும், கார்ப்பு, கைப்பு, துவர்ப்பாகிய மூன்று சுவைகளும் கப தோடத்தையும் நீக்க வல்லதாய் உள்ளமை இதன் மூன்றாம் தனிப்பண்பாம். (இதனை வேறு விதமாகவும் சில நூல்கள் கூறாநிற்கும்.)

இது முறைப்படி உட்கொள்பவர்களின் நரை திரையை நீக்கி ஆயுளை நீட்டிக்க வல்லதாய் உள்ளமையால் இது ஒரு முதல் தரமான கற்பச் சரக்காகச் சித்தர்களால் கையாளப்பட்டு வந்துள்ளது.

மருத்துவத்தில் முப்பழம் என்று கூறப்படும் சரக்குகளில் இது முதன்மை இடம் வகிக்கிறது என்பது யாவரும் அறிந்த உண்மையாகும்.

இதன் வகைகள்: பெரும்பாலும் எல்லா மருத்துவ நூல்களும் கடுக்காயில் ஏழு வகைகள் உண்டு என்று கூறி அது விளையும் இடம் தன்மை, குணம் முதலானவைகளை விவரிக்கின்றன. அவைகளை இத்துடன் இணைத்துள்ள தனிப்பண்பு பட்டியலில் கண்டு கொள்க.

அஃதன்றி கடுக்காயில் கருங்கடுக்காய், செங்கடுக்காய், வரிக்கடுக்காய், பால் கடுக்காய் எனச் சிறப்பாக நால்வகை உண்டென்று அகத்தியர் குணபாடம் கூறும். இதன் விவரம் பொருட் பண்பு நூலில் உள்ளது: (பயிர் வகுப்பு).

அகச் சான்றுகள்: (1) *போகர் ஏழாயிரம் - முதலாம் ஆயிரம் பாடல் எண். 376-383.*

(2) அகத்தியர் குணபாடம் பொருட் பண்பு நூல் (பயிர் வகுப்பு) மூன்றாம் பதிப்பு - தமிழக அரசு வெளியீடு - பக்கம் 158-156.

கடுக்காயைப் பற்றிய புராணக்கதை: *தேவர்களும் அசுரர்களும் திருப்பாற்கடலைக் கடைந்து அமுதம் எடுத்ததைத் திருமால் தேவர்களுக்கு மட்டும் பகிர்ந்தளித்துப் பின் தன் கையில் ஒட்டியிருந்த அமுதத்தை உதறினார். அத்துளிகள் பூமியில் பல இடங்களில் விழுந்து கடுக்காய் மரங்களாயின. அவை விளைந்த மண் வளத்துக்குத் தக்கபடி, உருவம், சுவை, தன்மை, முதலானவை மாறுபட்டு ஏழு வகைகளாக உண்டாயின. ஆதாரம் போகர் ஏழாயிரம் முதலாமாயிரம் பாடல் எண். 376-377.*

கடுக்காயை உண்ணத் தகாதவர்கள்: *1. சுரம் உடையவர்கள். 2. வாய்பூட்டு தளர்ந்தவர்கள் 3. தொண்டைப் பாதை கருக்கம் கொண்டவர்கள். 4. தாள் திறக்க இயலாது வாய் முடியுள்ள நோயாளர்கள். 5. பட்டினி கிடந்தவர்கள், கிடப்பவர்கள் 6. மிகுவழி நடந்து களைத்துள்ளவர்கள். 7. நஞ்சினாலும், பசியாலும், பித்தப் பிணியினாலும், நலிவுற்றவர்கள். 8. எந்நேரமும் பெண் போகத்தில் ஆழ்ந்துள்ளவர்கள். 9. நெய்ப்பசையும், ஈரப்பசையும்மில்லாத உணவுகளை உட்கொண்டவர்கள். 10. செரிப்புத் தன்மை அறவே நீங்கப் பெற்ற நோயாளர்கள், 11. குருதி வாங்கப்பட்டவர்கள் ஆகிய வர்கள் கடுக்காயை எந்த குணங் கருதியும் உட்கொள்ளத் தகுதியற்றவர்களாவார்கள்.*

கடுக்காய்க் கற்பம் உண்ணும் முறை: கடுக்காயை கற்பமாக உண்ண விரும்புவர்கள் முதலில் நல்ல முறையில் கழிச்சலாகத் தக்க மருந்துகளைச் சாப்பிட்டுக் குடலில் கீழ்ப் பாகங்களைத் தூய்மை செய்து கொள்ள வேண்டும். உடலுக்குத் தளர்ச்சி தராத வகையில் வமனமருந்து (கக்கல் மருந்து) உட்கொள்ள வேண்டும். தக்க நசியங்களை (மூக்கிலூற்று மருந்து) உபயோகித்து மூச்சுக்காற்று ஓடும் பாதையையும், தொண்டை, குரல் வளை ஆகியவைகளையும் தூய்மை செய்து விட்டு முறைப்படி ஆசனங்களை பழகி வர வேண்டும். பிராணயாமத்தை முறைப்படி குறித்த காலங்களில் கணக்காகச் செய்ய வேண்டும். அதன் பின் கடுக்காயை உடல் தூய்மைக்காக அளவுப்படி அமுரியில் ஒரு மண்டலம் உட்கொள்ள வேண்டும்.

அகச்சான்று: போகர் 7000 முதலாமாயிரம் பாடல எண் 377 முதல் 383. இதன் பிறகே கடுக்காயைக் கற்பமாக உட்கொள்ளத் தொடங்க வேண்டும்.

கடுக்காய்க் கற்பம் உண்பவர் வயதும் உட்கொள்ள வேண்டிய நாளளவும்: இருபது வயதானவர்கள் இருபது நாட்களும், முப்பது வயதாகியவர்கள் இருபத்தைந்து நாட்களும், நாற்பது வயதானவர்கள் முப்பது நாட்களும், ஐம்பது வயதானவர்கள் முப்பந்தைந்து நாட்களும், அறுபது வயதானவர்கள் நாற்பது நாட்களும், எழுபது வயதானவர்கள் நாற்பத்தைந்து நாட்களும், எண்பது வயதானவர்கள் ஐம்பது நாட்களும் கடுக்காய் தூளை கற்பமாக உட்கொள்ள வேண்டும் என்பர். எண்பதுக்கு மேல் (அதாவது ஒன்பதாவது பத்து தொடங்கிய பின்) இக்கற்பத்தால் சித்தி ஏதும் கிடைக்காது என்பர். (ஆதாரம்- போகர் 7000-முதலாமாயிரம் பாடல் எண் 374-375).

கடுக்காய்க் கற்பம் உண்ணும் மாதங்களும் அவ்வப்போது உட்கொள்ள வேண்டிய துணை மருந்துகளும்:

எண்.	கடுக்காய்க் கற்பம் உண்ணும் மாதங்கள் (அ) பெரும் பொழுது.	துணை மருந்து.
(1)	(2)	(3)
1.	சித்திரை, வைகாசி (இளவேனில்).	சிறு குறிஞ்சித்தேன் (சிறுமலைத் தேன்)
2.	ஆனி, ஆடி (முதுவேனில்).	வெல்லம் (கரும்புச் சாற்றிலிருந்து உண்டானது).
3.	ஆவணி, புரட்டாசி (கார்)	காற்பங்கு இந்துப்பு கூட்டி அமுரியுடன் உட்கொள்க.
4.	ஐப்பசி, கார்த்திகை (கூதிர்).	சர்க்கரை.
5.	மார்கழி, தை (முன்பனி).	சுக்குக் குடிநீர்.
6.	மாசி, பங்குனி (பின் பனி).	திப்பிலியுடன் (அமுரியில் உட்கொள்க.)
(ஆதாரம் - போகர் 7000. முதலாமாயிரம் பா. எண் 387-388).		

அபயன் என்னும் வகைக் கடுக்காயே கற்ப மருந்தாக உட்கொள்ள ஏற்றதென்பர் போகர். (போகர் ஏழாயிரம் முதலாமாயிரம் பா. எண் 384) ஆனால், அது பூமியிலி யாங்கணுங் காண்டற்கரிது என்கின்றார். பின் பல பாடங்கள் தள்ளி மூலிகைகளைக் கருப்பாகும் விதத்தைக் கூறி அதில் கடுக்காய், நெல்லிக்காய் ஆகியவைகளையும் கருநிறம் அடையச் செய்யும் முறையை விளக்கியுள்ளார். ஆகவே எல்லா பெருங்கடுக்காய் - பொன்னிறமுடையவைகளை விதையாகக் கொண்டு நிலத்தைப் போகர் தம் நூலில் கூறியபடி பண்படுத்தி விதைத்து, நான்கு முறை மடக்கி மடக்கிப் பயிர் செய்தால் நல்ல கருப்புநிற மூலிகைகளும், வித்துகளும் கிடைக்குமென்று கூறியுள்ளார். இதனால்,

கருநீல மூலிகை எதுவேயும் கிடைக்கவில்லை என்றால் கீழ்க்காணும் விதமாக பயிர் வைத்துக் கொள்ளலாம் என்று கூறுகின்றார். அம்முறை கீழ் வருமாறு:

'மருவவே கருப்பான மூலி தன்னை
வைக்கிறதோர் முறையினது வன்மை கேளு
கருவவே கரம்பைமண்தா னரையளவு விட்டுக்
கதித்துநன்றாய்ப் பரப்பியே பாத்தி கட்டித்
திருவவே சேங்கொட்டை முழவுயரம் போட்டுச்
சிறப்பாக வெட்டிவிட்டால் மூன்று திங்கள்
அருவவே முழுக்கொட்டை யாறு திங்கள்
அதுவுமில்லாமல் விட்டுவா தண்ணீர் தானே.'

கருப்பான மூலி வைப்பு முறையின் வளப்பதைக் கூறுவேன் கேட்பாயாக: கரிசல் நிலத்தில் அரையளவு மண்ணைத் தோண்டி அதை நன்றாகப் பரப்பி விட்டுப் பாத்திகட்டி அப்பாத்திகளில் முழு உயரம் சேங்கொட்டைகளை இட்டு அதற்குத் தண்ணீர் பாய்ச்சவும். சேங்கொட்டையை வெட்டிப் போட்டிருந்தால் மூன்று மாத காலம் தண்ணீர் தவறாமல் தளும்பக் கட்டி வரவும். முழுக் கொட்டையாகப் போட்டிருந்தால் ஆறு மாத காலம் தண்ணீர் கட்டவும்.

'தானான சேங்கொட்டை யழுகும் பின்பு
தண்ணீரை விடாமல்தான் காயப் போடு
பானான பத்துநாள் காய்ந்த பின்பு
பாங்காகக் கொத்தியே ஆறப்போட்டு
வானான பாத்தியெல்லாம் வரிசை யாக்கி
வைக்கின்ற மூலிகைதான் கரிய சாலை
தேனான கரந்தை செருப் படியு மோமாம்
செப்பரிய வல்லாரை நீலி தானே'

அப்படித் தண்ணீர் கட்டிக் கொண்டு வந்தால் சேங்கொட்டை எல்லாம் அழுகிவிடும். அச்சமையம் தண்ணீர், விடாமல் பாத்திகளைப் பத்துநாட்கள் காய வைக்கவும். பிறகு முறைப்படிப் பக்குவமாகக் கொத்தி பாத்திகளை ஒழுங்காகவும் வரிசையாகவும் ஏற்படுத்தி அவைகளில் கரிசாலை, கரந்தை (சிவ, கொட்டை), செருப்படி, ஓமம், வல்லாரை, நீலி ஆகியவைகளையும்,

'தானான கருவிழி கருத்த வாழை
தாக்கான கருநெல்லி கருத்த நொச்சி
கானான கருவேம்பு கருத்த வேலி
கறுத்தமணித் தக்காளி கருவூ மத்தை
பானான அறுகீரை கருங்க டுக்காம்
பண்டாகக் கஞ்சாவும் மற்றும் மூலி
வேனான வேர்விதைகள் கொடிகள் கொம்பு
விதித்துவைத்துக் காய்ந்தபின்பு விதையை வாங்கே'

கருவீழி, கருவாழை, கருநெல்லி, கருநொச்சி; கருவேம்பு, கருங்கொடிவேலி (கருத்த உத்தாமணி), கருத்த மணித் தக்காளி, கருவூமத்தை, அறுகீரை, கருங்கடுக்காய், கஞ் சா மற்றும் தேவைப்பட்ட மூலிகைகளை வேர், விதை, கொடி, தண்டு, ஈர்க்கு முதலானவைகளின் தேவையை நோக்கி விதைத்து வைத்து அவை நன்கு வளர்ந்து காய்த்த பின்பு அதன் விதைகளை எடுத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

'வாங்கியே முன்மேல்சேங் கொட்டை போட்டு
வருகின்ற போதுதானி ரெண்டிடத்தே போடு
வேங்கியே விதைதெளித்துப் பயிருண் டாக்கி
விதைமுதிர்ந்த பின்புமறு விடத்திற் போடு
தாங்கியே நாலுதரம் பேட்டுத் தீர்ந்தால்
சமரசமாய் முழுக்கருப்ப தாகும் பாரே'

முன்போலச் சேங்கொட்டையை முன்போல் இரண்டு இடங்களில் போட்டு நிலத்தைப் பண்படுத்திக்கொண்டு முன் எடுத்த விதைகளை விதைத்துப் பயிர் செய்க. இந்த இரண்டாம் பயிர் வித்துகளை வாங்கி மற்றொரு பண்படுத்தப்பட்ட பாத்தியிலிட்டு பயிர் வளர்க்கவும். நான்காம் முறையும் இதுபோல் செய்து அதன் விதைகளை வாங்கினால் அதிலிருந்து உற்பத்தியாகும் மூலிகை முழுக் கருப்பு மூலியாகும்.

'பாரென்ற பாரமாம் விருட்சத்துக் கெல்லாம்
`பாங்காகக் குழிவெட்டி ஆளுயரம் போடு
மூரென்ற முதல்தரமாம் மூலிகையைக் கொள்ளு
முதிர்ந்த பின்பிரண்டான மூலிகையைக் கொள்ளு
நாரென்று மூன்றான மூலிகையைக் கொள்ளு
தன்மையாய் முழுக் கருப்புப் பின்னே கொள்ளு
நாரென்ற நரைதிரைகள் மாறிப் போகும்
நலமான பரீட்சையது பார்த்துக் கொள்ளே.'

பெரிய மரங்களைப் பயிர் செய்ய வேண்டி இருந்தால் ஆழமாகக் குழிதோண்டி ஆளுயரத்துக்குச் சேங்கொட்டையைப் போட்டு முன் கூறியபடி நிலத்தைச் செப்பனிட்டு வேண்டிய மரத்தின் விதைகளை நட்டு முதல் தர மூலிகையின் விதையையும் அதே போல இரண்டாந்தரம், மூன்றாந்தரம், நான்காந்தரம் என்று மூலிகைகளை வாங்கினால் பிந்தியது முழுக்கருப்பு மூலிகையாக அமையும். அதைக் கற்பகமாகக் கொண்டால் நரைதிரை மாறிவிடும். அதை நல்ல விதமாகக் கீழ்க்கண்டபடி ஆராய்ந்துப் பார்த்துக் கொள்க.

'பார்த்துமே கொக்கிறகு தன்னிற் றானும்
பரிவான இலைச்சாறு மூன்றுதரந் தடவி
வேர்த்துமே வெயிலிலே போட்டு வைக்க
மிக்கான காகத்தின் நிறமேயாகும்
நீர்த்துமே இப்படித்தான் நிலையைப் பார்த்து
நிச்சயித்துக் கருப்பான மூலிகையைக் கொள்ளு
சேர்த்துமே சித்தர்கள்தாம் கொண்ட மார்க்கம்
திறமையாந் திட்டாந்தஞ் செப்பி னேனே.'

அவ்வாறு பயிர் செய்யப்பட்ட மூலிகையின் இலைச்சாற்றில் கொக்கிறகை மும்முறை நனைத்து உலர உலர நனைத்து வெய்யிலில் வைத்தால் அந்த இறகு காக்கையின் இறகுபோலக் கறுத்திடும். இத்தகைய சோதனைக்கு ஒத்துவரும் மூலிகையை கற்ப மருந்தாக தீர்மானித்து உட்கொள்வாயாக. இது சித்தர்கள் கைக்கொண்ட கறுப்பு மூலிகை வைப்புமுறை என்பதை கைமுறை, தேர்வுமுறை முதலிய எடுத்துக்காட்டுகளுடன் கூறினேன் என்பதை அறிவாயாக.

(ஆதாரம் - போகர் ஏழாயிரம் - முதலாம் ஆயிரம் - பாடல் எண்: 559-563)

மேற்கண்ட முறைப்படி சில ஆண்டுகளே வாழ்ந்து பயன்தரும் மூலிகைகளை உடனுக்குடன் பயிர் செய்து பலனையும் வெகு விரைவில் காணக்கூடும். ஆனால், கடுக்காய், நெல்லிக்காய் போன்ற பெரிய மரங்களை மேற்கூறிய வண்ணம் பயிர் செய்ய பல ஆண்டுகள் செல்லும். "பனை நட்டார் பயன் துய்க்கார்" என்னும் பழமொழிக்கேற்ப இவ்வண்ணம் பயிர் செய்யப்படும்

மரங்கள் பயிர் செய்தவர்க்கு உபயோகமாகாதெனினும் அவர்களுடைய வழித் தோன்றலுக்குப் பயன்தரும் என்ற பெருநோக்குடன் விளைவிப்பர். அதேபோல இத்தகைய பெருமரங்களையும் பயிர் செய்து வந்தால் மேற்படி முறைகள் இறவாமல் காத்ததாகவும், பின் சந்ததியாருக்கு உதவியதாகவும், கற்ப முறையின் மேன்மை நூல் வழியின்றிச் செயல்படுமாறு வகை செய்ததாகவும் ஆகும். தன்னலமற்ற முயற்சி தேவை. அது இருந்தால் வெற்றி காண வழியுண்டாகும். இவ்வண்ணம் முயன்று பயிர் செய்து வெற்றி கண்டவர்கள் காய கற்ப முறையை வழிவழியாக வளரச் செய்யத் தயங்க மாட்டார்கள் என்று மனம் கொண்டு பெரியோர்கள் நூல்களில் கூறிப் போந்தனர். மேற்படி முறைப்படி முனைந்தால் எவ்வகைக் கடுக்காயையும் 'அபயன்' என்னும் கருங்கடுக்காயாகச் செய்யலாம்.

கடுக்காயின் தூய்மை: "கடுக்காய்க்கு அகணி நஞ்சு; சுக்குக்குப் புறணி நஞ்சு" என்பது பழமொழி. ஆகவே கடுக்காய்க்குள் உள்ள கொட்டையை நீக்குதலே இதன் தூய்மையாகும்.

கடுக்காய்த் தூளைக் கட்டி தட்டாமல் வைக்கச் செய்தல்: கடுக்காய்த் தூளில் சிறிதளவு புதிதாக உருக்கிய ஆவின் நெய்யை விட்டுப் பிசறி வைத்தால் அது கட்டி தட்டாமல் இருக்கும். சிலர் இனிப்பு வாதுமைப் பருப்பைச் செக்கிலிட்டு ஆட்டி அதன் நெய்யை விட்டுக் கடுக்காய்த் தூளுடன் பிசிறியும் வைத்துக் கொள்வர். நெய்ப்பசை இருந்தால் கடுக்காய்த்தூள் கட்டி தட்டாது என்பது பொதுவிதி.

கடுக்காயை நம் நாட்டவர் மட்டும் அன்றி பிற நாட்டவரும் மருத்துவத்துக்குப் பயன்படுத்தி வருகின்றனர். யுனானி மருத்துவர்கள் கடுக்காய்க் கூட்டுப் பொருளான திரிபலையை நூற்றுக்கணக்கான முறைகளில் உபயோகித்து வருகின்றனர். அவைகளை 'இத்ரிபலே ஜாத்' என்று யூனானி மருத்துவர்கள் கூறுவர்.

அன்றியும் திபேத்தியரும் கடுக்காயை மிகுதியாக உபயோகித்து வருகின்றனர் என்பது அவர்களுடைய மருத்துவ நூல்கள் வாயிலாக அறியலாம். ஏறக்குறைய இருபத்தாறு திபேத்திய மருத்துவ நூல்கள் கடுக்காயைப் பற்றிக் கூறுகின்றன. வடமொழியில் பதினாறு நூல்களே கடுக்காயைப் பற்றிக் கூறுகின்றன.

ஆகவே, கடுக்காயைப் பற்றி வடமொழி நூல்களும் திபேத்தியர் நூல்களும் கூறுவனவற்றை ஒப்புநோக்குவோம் ஏனெனில்,

*"எப்பொருள் யார்யார்வாய் கேட்பினும் அப்பொருள்
மெய்ப்பொருள் காண்பது அறிவு"*

குறள் எண்: 423

*"எப்பொருள் எத்தன்மைத் தாயினும் அப்பொருள்
மெய்ப்பொருள் காண்பது அறிவு"*

குறள் எண்: 355

"மாற்றான் தோட்டத்து மல்லிகையும் மணங்கமழும்"

என்றும் கூறுதல் உண்மையாதல் பற்றியே யாம்.

திபேத்தியரும் தொன்றுதொட்டு கடுக்காயை மருத்துவ முறையில் கையாண்டு வருகின்றனர். அவர்களுடைய

மருத்துவ நூல்களில் கடுக்காய்க்கு (38) முப்பத்தெட்டு பெயர்கள் வழங்கி வருகின்றன. அவைகளுள் பதினேழு (17) பெயர்கள் வடசொற் பெயர்களாம். மற்றவை வடமொழிப் பெயர்களின் திரிபாகவும் முற்றிலும் மாறுபட்டதாகவும் உள்ளன.

அவர்களும் கடுக்காயில் ஏழுவகை உண்டென்பர். அவை, விஜயா, அபயா, ரோகணி, சுஷ்மா, விந்தியா, மாம்சலா, கனகவர்ணா என்ற பெயர்களுடையவை எனக் கூறுவர். அவ்வேழு வகையுள் விஜயா என்னும் கடுக்காய் இனமே மேலானது என்றும் மற்றவைகள் எல்லாம் செய்கையில் இரண்டாந்தரமானதென்றும் கூறுவர்.

மற்றும் கடுக்காயை உயர்ந்த தரமானது, நடுத்தரமானது, மட்டதரமானது என மூன்று வகையாகவும்; பாரதத்தில் விளைந்தது, நேபாளத்தில் விளைந்தது, திபேத்தில் விளைந்தது என மூவகையாகவும்; மிக்க முதிர்ந்தது (பழுத்தது) பிஞ்சானது என்றும் பாகுபாடுகள் கூறுவர்.

ஆயுள்வேத நூல்களுள் பாவப்பிரகாசம் என்னும் நூலில் விஜயாவும் ரோகணியும் உருண்டை வடிவமுள்ளவை என்றும், பூதனாவின் சதைப்பற்றைக் காட்டிலும், கொட்டை பெரியது என்றும், அமிருதாவில் சதைப்பற்று அதிகம் என்றம், அபயா மேற்புரம் அதிக மேடு பள்ள மில்லாமல் இருக்கமென்றும், ஜீவந்தி என்பது தங்கத்தின் நிறங்கொண்டதென்றும், சேதகீ என்பது மூன்று வரிகள் உடையது என்றும் அடையாளம் கூறும். இதுபோன்ற பலவகையான விவரங்கள் பல ஆயுள்வேத நூல்களுள் கிடைக்கின்றன.

திபேத்தியர் நூல்களில் பிராண்டிபா *(Bran-ti-pa)* என்னும் நூலில் விஜயா என்னும் கடுக்காய் மூடிய உதடு போலவும், அழகிய கழுத்து போலவும் அதன் வரிகளும் மேடு பள்ளங்களும் உள்ளே உள்ள நரம்புக்கு இயைந்த வண்ணமாகவும், சூரியனின் கதிர்போல ஒளிர்வதாகவும் இருக்குமென்று, கூறுவர். கனக வர்ணா என்பது தங்கத்தின் நிறத்தை ஒத்திருக்குமென்றும், மாம்சலா என்பது மிகுந்த தசைப் பற்றுள்ளதாக இருக்கும் என்றும், விந்தியா கருப்பு நிறத்தோடு உள்கொட்டை இல்லாமல் இருக்கும் என்றும், சுஷ்மா மிக்க சுருக்கம் உடையதாக மெல்லிய தசைப்பற்றும் உடையது என்றும், அபயா என்பது கத்தூரிமானின் பிழுக்கைப் போலக் கருப்பாக இருக்கும் என்றும் கூறுவர்.

கடுக்காயின் அளவுகளைக் கூறும் போதும் நீளம், பருமன் முதலியவைகள் ஒவ்வொரு ஆயுள்வேத நூலும் ஒவ்வொரு வகையாகக் கூறுகின்றது. ஆத்திரேய சம்ஹிதை என்ற நூலில் அபயா இரண்டங்குலம், பூதனா நாலங்குலம், சேதகி (வெள்ளையாய் உள்ளது) ஆறங்குலம், சேதகி (கருப்பாய் உள்ளது) ஒரு அங்குலம், நீளமுள்ளனவாகக் கூறப்பட்டுள்ளது. தன்வந்திரி நிகண்டில், அபயா, சேதகி, பத்தியா என்ற மூவகைக் கடுக்காய்களும் முறையே மூன்றங்குலம், பத்தங்களும், ஐந்தங்குலம் நீளமுள்ளவை என்றும் கூறும். இவ்வணமே பலமாறுபட்ட அளவு விவரங்கள் திபேத்தியர் நூல்களிலும் காணப்படுகின்றன.

தற்போது கிடைக்கும் கடுக்காய்களில் மிகப் பெரியதாகக் கிடைப்பது நான்கு அங்குலத்துக்கு மேல் நீளமுள்ளதாக இல்லை. இவைகளை எல்லாம் ஆராய்ச்சி நோக்குடன்

பார்த்தால் நாளடைவில் மேற்கூறப்பட்ட எல்லாவகைக் கடுக்காய்களும் இயற்கையில் மாற்றம் அடைந்தும் சிலவகைகள் மறைந்தொழிந்தும் இருக்கலாமென்று புலப்படுகிறது.

ஆகவே மருத்துவத்துக்கு உதவும் கடுக்காய்கள் நன்கு முதிர்ந்ததாகவும், புதியதாகவும் மரத்திலிருந்து எடுத்து (ஆறு திங்கட்குட்பட்டதாகவும்), உருண்டையானதாகவும், கனமுள்ளதாகவும், நீரில் போட்டால் முழுகக் கூடியதாகவும் இருத்தல் வேண்டும். மேற்படி கருத்தை ஆயுள்வேதியரும் திபேத்தியரும் ஒருமனதாய் ஒப்புக் கொள்கின்றனர் என்பது அவரவர் நூல்கள் வாயிலாகத் தெரிகின்றது.

கடுக்காயின் மிக்க மேன்மையான வகையைச் சேர்ந்த விஜயா என்னும் கடுக்காய் ஆதியில் வைசிரவணன் என்னும் இயக்கராஜனுடைய தெய்வீக அரண்மனையில் மட்டும் பயிராகி இருந்ததெனவும், உயிரினங்களிடம் ஏற்பட்ட கருணை காரணமாக அதனைக் கந்தமார்தனப் பர்வதத்தில் அபரிமிதமாகப் பயிராக்கின்றனர் என்றும் திபேத்தியர் மருத்துவ நூல்கள் தெரிவிக்கின்றன.

தற்போது ஒரிசா மாநிலத்தில் போலாங்கீர் மாவட்டத்திலும், மயூர் பஞ்சு மாவட்டத்திலும் உள்ள மலைகளைக் கந்தமார்தன பர்வதமென்பர். அது கிழக்குத் தொடர்ச்சி மலையின் பகுதிகளாகும். அம்மலையில் கடுக்காய்க் காடு மண்டியுள்ளது. உண்மையே அங்குள்ள கடுக்காய் மருத்துவத்துக்கும் மிகுதியாகத் தோல் பதனிடுதல் தொழிலுக்கும் பயனுறுவதால் அம்மாநிலத்துக்கு முக்கியமான வருவாயைத் தரத்தக்க காடுறைப் பொருளாக உள்ளது குறிப்பிடத்தக்கது.

ஆரியரல்லாதார்க்குக் கந்தமார்தன பர்வதக் கடுக் காய்கள் கிடைப்பது அரிதாக இருந்த காரணத்தால், அக்கடுக்காய் விதைகளை உலகில் பல பாகங்களில் நட்டுப் பயிராக்கிக் கொண்டனரென்று திபேத்திய மருத்துவ நூல் *(Gsc-dpyad-phran-bu)* கூறுகின்றது.

ஒரே மரத்தில் ஐந்து வகை காய்களும் காய்க்கின்றன என்று சில திபேத்திய நூல்கள் *(Zur-Rdol)* கூறுகின்றன. மரத்தின் நடுக்கிளைகளில் விஜயாவும், கிழக்கு கிளைகளில் அபயாவும், தெற்குக் கிளைகளில் மாம்சலாவும், மேற்கு கிளைகளில் ரோகிணியும், வடக்குக் கிளைகளில் சுஷ்காவும் காய்ப்பதாகக் கூறுகின்றன.

விஜயா விந்திய பர்வதத்திலும், சேதகியும் பூதனாவும், இமயமலைக்காடுகளிலும், ரோகிணி சிந்துநதிக் காடுகளிலும், அமிர்தாவும், அபயாவும், கம்பா என்னும் நாட்டிலும் (அந்த நாடு எங்குள்ளதென்று தெரியவில்லை). ஜீவந்தி சௌராட்டிர நாட்டிலும் உற்பத்தியாகிறது என்று எல்லா (பெரும்பாலும்) ஆயுள் வேத நூல்களும் ஒருமித்துக் கூறுகின்றன.

ஆகவே ஆயுர்வேத நூல்கள் கந்தமார்தன மலைக்கடுக் காய்களுக்கு ஒரு முக்கியத்துவமுள்ளதாகக் கூறிற்றிலது.

பருத்த அடி மரமும், சற்று தடித்த இலைகளும், மஞ்சள் நிறப் பூக்களும், கருமை ஓங்கிய மஞ்சள் நிறக்காய்களும் (பழம்) உடையதென்று கடுக்காய் மரத்தை திபேத்திய நூல்கள் வர்ணிக்கின்றன. அத்தகைய வர்ணனை ஆயுள்வேத நூல்கள் எதிலும் காணப்படவில்லை.

திபேத்தியர் கடுக்காய்க்கு ஆறு சுவைகள் உண்டென்பர், இது செல்-பெரின் *(Selpherin)* என்னும் திபேத்திய

நூலாசிரியரின் கருத்தாகும். ஆயுள்வேத நூல்கள் யாவும் கடுக்காய்க்கு ஐந்து சுவைகளே உண்டென்கிறது; அதை கடுக்காயை "அலவண" (உப்புச் சுவையற்றது) என்பதால் அறியலாம். சிலர் அலவண என்றதை அல்பலவண என்று கொண்டு சிறிதளவு உப்புச் சுவையும் கடுக்காய்க்கு உண்டு என்பர், "அலவண" என்பது "அம்பலவண" என்று எவ்வாறு பொருள் தருமோ அறியோம்!

திபேத்தியர் நூல்கள், கடுக்காய்க்கு இனிப்பு, புளிப்பு, கார்ப்பு என்ற மூன்று வகையான சுவை வேறுபாடுகள் செரித்தபின் உண்டாகின்றன என்று கூறுகின்றன. இது கடினம். நெய்ப்பு, சீதம், மந்தம், இலகு, கரகரப்பு, வெம்மை, மிகுசூடு என்ற தன்மைகளை உடையதென்றும் கூறுகின்றன. மற்றும் இது மெத்தென்றும், கடினமுள்ளதாகவும் நிலையானதாகவும், சீதளமாகவும், மந்தமாகவும், குளிர்ச்சியானதாகவும், நழுவத்தக்கதாகவும், நீர்த்தன்மை உடையதாகவும், இலகுவாகவும், அதிக உஷ்ணமாகவும், சாந்திரமாகவும் உள்ள பதினேழு குணங்களையும் உடையதென்றும் திபேத்திய நூல்கள் கூறுகின்றன.

இராச வல்லப நிகண்டு, ரோகணி என்ற கடுக்காய் சயநோய் பரிகாரத்திற்கும், பூதனா புறச் சிகிச்சைகளுக்கும், அமிருதா கழிச்சலுண்டாக்கவும், அபயா கண் நோய்களுக்கும், காளிகா என்னும் கடுக்காய் துட்ட இரணங்களின் கெட்ட நாற்றத்தைப் போக்கவும், விஜயா சகல நோய்களுக்கும், ஜீவந்தி என்னும் கடுக்காய் நெய்ப்பூட்டும் மருத்துவத்திற்கும் பயன்படுமென்று கூறுகின்றது.

கடுக்காய் மரத்தின் வேர் எலும்பைப் பற்றிய நலிவுகளையும், தண்டு தசையைப் பற்றிய நோய்களையும்,

கிளைகள் இரத்த நாளங்களின் நோய்களையும், பட்டை தோல் நோய்களையும், இலைகள் ஒவ்வொரு ஆசயத்தின் நோய்களையும், காய் (அ) பழம் இதயம் போன்ற இராச உறுப்புகளின் பிணிகளையும் போக்கவல்லதென்று சுரும்கர்தர்மா ஸ்வாமி (zur-mkhar Dharmasvami) என்னும் திபேத்தியர் தம் நூலில் கூறியுள்ளது குறிப்பிடத்தக்கது. இதுபோல ஆயுள்வேத நூல்களில் மேற்படி மூலிகையின் எல்லா அங்கங்களின் உபயோகங்களும் கூறப்பட்டுள்ளது.

திபேத்தியரும் ஆயுள் வேதியரும் கடுக்காயை ஒத்த மாண்புடன் உபயோகிப்பாரேனும் கடுக்காயின் தோற்றம், வகை, குணம், சுவை, தன்மை, பிரிவு, செய்கை முதலானவைகளில் குறிப்பிடத்தக்க கொள்கை வேறுபாடுகளுடன் உளர் என்பது தேற்றமாகிறது.

ஆதாரம் ***(HARITAKI):*** *A comparative study of Literature in Ayurveda and Tibetian Medicine by Vd. Bhagavandash in the Bulletin of Indian Institute of History of Medicine (Hyderabad).*

கடுக்காயின் தனிமாண்பு

முற்றுப் பெற்றது.

வல்லாரையின் தனிமாண்பு

வல்லாரையின் தனிமாண்பு

(வல்லாரைப் பிரபாவ போதினி)

கடவுள் வணக்கம்

வல்லாரை மேன்மை வகுக்குமுயர் நூலிதனைச்
சொல்லவே யிவ்வுலகிற் சூட்சுமமாம் - நல்லபல
மூலிகையெ லாம்படைத்த முன்னோனின் பாதமலர்
சாலத் தொழுதிடுவாம் சார்ந்து

நூல்

வல்லாரையின் பெயர்கள் தமிழில்: *வல்லாரை, மண்டூக பரணி, விக்கிருந்து, விகசிதி, மதிவல்லி, விரியதேசு, குளத்துக் குறத்தி, வயல்வல்லி, அசுரசாந்தினி, விவேகவல்லி, நயன வல்லி, குணசாலி, குணத்தி என்பனவாம்.*

வடமொழியில்: *மண்டூக பரணி, சோமவல்லி, சரஸ்வதி, மண்டூலகி, பீகி, தோர்ஷ்டி வத்தியா, கியூதவனகா, மகோஷகி, பரமமண்டூகி, சூப்பிரியா, தர்தூஸிதா முதலியவைகளாம்.*

அரபியில்: *வரகுத்தஹப் (தங்க இலை-தங்கச் சத்துள்ள மூலிகை) வரகுத்திஹன். (அறிவின் இலை-அறிவைப் பெருக்கிக் கூர்மைப்படுத்தும் பச்சிலை) வரகுத்தம் (இரத்த இலை=இரத்தத்தைத் தூய்மை செய்யும் மூலிகை) வரகுசிஹத் (ஆரோக்கிய இலை=ஆரோக்கியத்தை உண்டாக்கி அதனைப் பெருக்கும் மூலிகை) வரகுல் சுமர் (சோமவல்லி=முழுநிலவைப் போன்ற மூலிகை) என இவ்விதச் சிறப்புப் பெயர்கள் அநேகமுள.*

பார்சியில்: பிரஹமி என்பதும் மேற்கண்ட அரபிப் பெயர்களும், இன்னும் வடமொழிப் பெயர்களும் வழங்கப்படுகின்றன.

தக்கிலியில்: பிரஹமி, வல்லாரி என்பவைகளும் இன்னும் மேற்படி வடமொழிப் பெயர்களும், அரபிப் பெயர்களும் வழங்குகின்றன.

இந்துத்தானியில்: பிரஹமி என்பதும், மேற்கண்ட வடமொழி, அரபிப் பெயர்களும் வழங்கப்படுகின்றன. இன்னும் இந்த மொழியில் ஜர்னம் என்னும் ஒரு பெயருமுண்டு. இது தாளிசப்பத்திரிக்குச் சொந்தப் பெயர். இது வல்லாரைக்குத் தப்பானப் பெயரெனப் பலநூல் ஆராய்ச்சியால் நிச்சயிக்கப்பட்டிருக்கிறது.

இந்தியில்: பிரஹமி பிரம மண்டூகி, வரன்பீ என்பவைகளாம்.

தெலுங்கில்: சாபகர்ணி, சிட்டியூயா, மண்டூக பிரமி என்பவைகளாம்.

பங்காளியில்: பிரமிஷாக், அத்வர்த்தி, துல்குட்டி, தால்கனி என்பவைகளாம்.

மராட்டியில்: பிரமி, வத்தியா, பிரமி, கண்டர் பிரமி, என்பவைகளாம்.

ஆங்கிலத்தில்: இண்டியன் பென்னி வொர்ட், *(Indian Penny Wort)*

இலத்தீனில்: ஹைடிரோகோடில் ஏஷியாடிக் *(Hydro-Catyl Asiatic)* என்பவைகளாம்.

இதனைச் சில நாட்டார் பாலபோதினியெனச் சொல்லுகின்றார்கள்.

வல்லாரையின் சிறப்பு இயல்புகள்: இதன் பிறப்பு, உருவம், முதலியவைகளைச் சொல்லும் முன் இதைப் பற்றி என்ன சொல்லப்பட்டிருக்கிறது என்பதைக் கவனிப்போம்.

புத்தியையும் நினைவாற்றலையும் பெருகச் செய்ய நமது முன்னோர்கள் சில பச்சிலைகளை முன்னரே கண்டுபிடித்திருக்கின்றனர். அவைகளுள் இந்த வல்லாரையானது முக்கியமான ஒன்று: சாதாரணமாகவும் எளிதாகவும் எவ்விடத்திலும் கிடைக்கக்கூடியது இந்த வல்லாரையேயாம். இது இவ்விதம் சாதாரணமாகக் கிடைக்கக் கூடியதாகையால், நம்மவர்கள் வழக்கம்போல் இதனை அலட்சியமாக எண்ணி வந்தார்கள். ஆனால், நூலாசிரியர்களும், சான்றோர்களும் இந்த அரிய பச்சிலையை தங்கள் இளமையில் சாப்பிட்டு வந்தபடியால் தாங்கள் கற்ற நூற்களையெல்லாம் மறந்து போகாமலிருந்து அநேக நுட்ப நூற்களை எழுதும் சக்தியை அடைந்தோம் எனப் பல முறைகளில் இந்த மூலிகையைப் பற்றிச் சொல்லி வந்தனர். ஆனால், நம்மவர்கள், அதனைச் சிறிது நம்பியும், சிறிது நம்பாமலும் சந்தேகமாகவே இருந்தனர். ஐரோப்பியர், அமெரிக்கர் முதலியவர்கள் ஒரு செய்தியைப் பற்றி எழுதினால் அதைத் தம் முழு மனத்துடன் நம்மவர்கள் நம்புவது இயல்பு. அப்படியே ஜெர்மனியிலுள்ள ஒரு அறிஞர் இதைப் பற்றி அங்குள்ள ஒரு இதழில் ஒரு நீண்ட விளக்கம் எழுதியிருந்தார். அதைப் பார்த்த பின்பே நம்மவர்கட்கு இந்த மூலிகையில் அதிக விருப்பமும் நம்பிக்கையும் உண்டாயிற்று. ஆனால், இதற்கு ஒரு காரணம் இருக்கிறது. எந்த செய்தியையும்

கீழ்த்திசையார் மறைவாகச் சொல்வது பழக்கம், மேற்றிசை யாரோ எந்த செய்தியையும் ஆழ, ஆராய்ந்து, காரணம், சான்று, கண்ணோட்டம் முதலியவைகளுடன் விளக்கமாக எழுதுவதே ஒரு பெருங் காரணமாகும். மேற்கண்ட செருமானி நாட்டறிஞர் நம் நாட்டு மூலிகையைப் பற்றி எழுதின பின்பே நமது பரதக் கண்டத்திள்ளோர் இவ்வகை அரியபச்சிலை இருக்கிறதெனத் தங்கள் முழு மனத்துடன் ஏற்று வருகின்றார்கள்.

இன்னும், தேவ மருத்துவராகிய தன்வந்திரி சித்தர் தன் சீடர்களின் நினைவாற்றலும், அறிவுக் கூர்மையும் பெருகும் பொருட்டு இந்த வல்லாரைத் தொடர்பான மருந்துகளைச் செய்து கொடுத்தாக நூல்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றது. புராணம், இதிகாசம் முதலியவைகளுக்கு ஆசிரியராகிய சான்றோர்களும் இந்த வல்லாரைத் தொடர்பான மருந்துகளைத் தாங்கள் பயன்படுத்தியதோடு, தம் சீடர்களுக்கு நினைவாற்றல் முதலியவை உண்டாகும் பொருட்டுச் செய்து கொடுத்ததாகவும் பல நூற்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.

இந்த மூலிகையைப் பற்றி இவ்வித நிறைந்த சிறப்புகள் உள. அவை எல்லாவற்றையும் இங்கெழுதுவதினால் இச்சிறிய நூல் வரிவெய்துமென அஞ்சி இம் மட்டோடு நிறுத்தினோம்.

இவ்வளவு உயர்வுகள் பொருந்தியதாயிருந்தும் இந்த மூலிகையானது இந்தியாவின் அநேக பகுதிகளில் எளிதாகக் கிடைக்கக்கூடியதாயிருக்கிறது. இது பெரும்பான்மையும் ஈரமுள்ள இடங்களிலும் ஆறு, நதி முதலிய நீர்க் கரை யோரங்களிலும் பயிராகிறது. தென்னாட்டில் சிறப்பாகக்

காணப்படுகிறது. தஞ்சை மாவட்டம், மலையாளம், திருநெல்வேலி மாவட்டம் முதலிய பகுதிகளில் அதிகமாய்க் காணப்படுகிறது. இது எங்கும் சிறப்பாகக் கிடைக்கக் கூடியதாகையால், அதிகப் பணச் செலவில்லாமல் எளிதாகச் சேகரிக்கக்கூடும். இதுவும் இதற்குரிய சிறப்புக்களில் ஒன்றேயாம்.

வல்லாரையின் பிறப்பும் உருவமும்: இது ஈரத் தரையில் படர்ந்து பயிராகிறது. இது ஒருவகைப் புல்லினம். இக்கொடியின் கணுக்களில் ஒரு கொத்தாய்ப் பல தண்டுகளிருக்கும். ஒவ்வொரு தண்டின் நுனியிலும் ஒவ்வொரு இலையிருக்கும். இதன் இலைகள் சேம்பிலையைப் போன்று ஆங்கில ரூபாயைப் போல் சிறியதாயிருக்கும். இன்னும், சில இடங்களில் இதைப் பார்க்கிலும் சிறியதாயிருப்பதுண்டு. இலைகளில் ஓரங்களில் வேப்பிலையைப் போன்ற விளிம்புகளிருக்கும். ஆனால், இதை எல்லாம் சமமாக இராமல் ஏற்றக் குறைவாயிருக்கும். இலையின் பின் பக்கத்தில் நரம்புகள் சற்று உலர்ந்த சாயலால் ஓடியிருக்கும். முன் பக்கத்தில் அந்நரம்புகளுக்கு நேராகப் பள்ளங்களான கீற்றுகளிருக்கும்; இது இரண்டு வகைப்படும். இரண்டும் ஒன்றே ஆயினும் ஒன்று சிறு இலைகளாகவும், மற்றொன்று பெரிய இலைகளாகவும் இருக்கும். ஆனால், குணத்தில் ஒன்றே; ஒவ்வொரு கொத்திலும் பல தண்டுகளுடன் இலைகள் நெருங்கி இருக்கும். இதன் தண்டுகள் ஒரு சாணுக்கு அதிகமாக வளர்ந்திருப்பதுமுண்டு. சில ஆடு மாடுகள் இதனை மேயும்.

வல்லாரையின் வண்ணம்: இதன் தண்டுகள் இலேசாயிருந்தால் சற்று செஞ்சாயலான பசுமையாக இருக்கும்.

152-6—4

முதிர்ந்திருந்தால் சற்று மட்ட சாயலாய் இலேசான பசுமையாக இருக்கும். இலையும் இவ்விதமே இருக்கும். இலைகள் முற்றும் உலர்ந்து போனால் பசுமை நிறம் மாறிப் பல இடங்களில் வெண்மை நிறம் தோன்றும். இதன் வேர் வெண்மையாக இருக்கும்.

வல்லாரையின் சுவை: தண்டின் சுவையானது மஞ்சள் முள்ளங்கி இலையின் சுவையைப் போன்றிருக்கும். உலர்ந்த இலையின் சுவையானது சிறுகசப்பாகவும் சற்று துவர்ப்பாகவும் இருக்கும். இதனைச் சுவைத்தால் இன்னவிதமெனச் சொல்லக்கூடாத ஒருவகைச் சுவையுமுண்டு. இதனை ஒரு தடவை சுவைத்தால் எப்போதும் மறந்து போகாமல் அச்சுவை நினைவில் இருக்கும். வேறு சிலர் இதனைக் கசப்பு இனத்தில் சேர்த்திருக்கின்றார்கள்.

வல்லாரையின் இயல்பு: இதனைச் சிலர் குளிர்ச்சியும் வறட்சியுமென்கிறார்கள். வேறு சிலர் இதனைக் குளிர்ச்சியானது என்கிறார்கள்.

செய்கையும் பயன்படுத்தலும்: சித்த மருத்துவம்: இதைப் பற்றி ஒவ்வொரு நூலும் பற்பல வகைக் குணங்களைக் கூறுகின்றன. அவைகளில் சிற்சில விகற்பங்கள் காணப்படினும் முக்கியமான குணங்களில் ஒத்து இருக்கின்றன. ஆகையால் ஒவ்வொரு நூலிலுள்ளதைத் தனித்தனியாக எழுதாமல் எல்லாவற்றையும் ஒருங்கே திரட்டி எழுதி இருக்கின்றேன்.

தலை மூளையைப் பலப்படுத்துவதில் இது மிகவும் சிறந்தது. மறதி நோயைக் கண்டித்து நினைவாற்றலை அதிகப்படுத்தும்; வாயு நோய்கள் தீரும். தாது இழப்புத்

தீர்ந்து தாதுப் பெருக்கமுண்டாகும். உடல்களை, முகக்களை முதலிய பல களைகளுண்டாகும். பலவகை நஞ்சுகள், எலிக்கடி, முதலிய பலவகைக் கடிகள் ஆகியவைகளும் தீரும். வயிற்றுக் கிருமிகள் வெளிப்படும். உடலின் இயல்பான சூட்டை அதிகப்படுத்தும். பைத்திய நோயையும் கண்டிக்கும். காக்கைவலி, முயல்வலி, முதலிய வலிப்பு நோய்களைப் போக்கும். இளமை அழகை நிலை நிறுத்தும்.

யூனானி மொழி: இதன் முக்கிய குணம் மூளையைப் பலப்படுத்தி நினைவாற்றலை அதிகமாக்கும். மறதி நோயைப் போக்கும். இதனைத் தொடர்ச்சியாகத் தினந்தோறும் சாப்பிட்டு வந்தால் மதுமேகம், வெகுமூத்திரநோய் ஆகியவைகள் தீரும். தளர்ந்த நரம்புகளைப் பலப்படுத்தி உற்சாகத்தை உண்டாக்கும். குட்டம், பெருநோய் முதலியவைகள் நீக்கும். சொறி, சிரங்கு, புண் ஆகியவைகளைப் போக்கும். இரத்தத்திலுள்ள குற்றங்களை நீக்கி அதனைத் தூய்மைப்படுத்தும். வண்டுக்கடி, பூரான் கடி முதலிய கடிகளைப் போக்கும்.

ஆங்கில மொழி: வல்லாரையானது இரத்தத்தைத் தூய்மை செய்யும். அதிகமாய்ச் சாப்பிட்டால் மூத்திரத்தை அதிகப்படுத்தும், நரம்புகளைப் பலப்படுத்தும், வீக்கங்களைக் கரைக்கும். நரம்பு வலுவின்மை, கண்ட மாலைநோய்கள், குட்டநோய்கள், தோல்நோய்கள், மறதி நோய்கள் ஆகியவைகளைக் கண்டிக்கும்.

இதன் தீய குணம்: ஒவ்வொரு பொருட்களிலும் அநேக நற்குணங்களிருப்பினும் சில தீய குணங்களும் இருப்பதுண்டு. அவ்விதமே இந்த மூலிகையிலும் சில தீய குணங்களிலிருக்கின்றன. அவை பின்வருமாறு:-

இது சில உடலினற்கு வறட்சியை உண்டாக்கும். இதனை அதிகமாகச் சாப்பிட்டால் உடலில் வறட்டுச் சொறி முதலியவை உண்டாகும்.

பரிகாரம்: ஒவ்வொரு சரக்கிலுமுள்ள தீய குணத்தையும் மாற்றப் பரிகாரம் ஏற்பட்டிருப்பதுபோல இந்த மூலிகை யினாலேற்படும் தீய குணத்தை மாற்றுவதற்கும் சில பொருட் கள் ஏற்பட்டிருக்கின்றன. அவைகளில் ஒன்றைச் சேர்த்து உபயோகிப்பதால் அத்தீக்குணங்கள் உண்டாகாவாம்.

அவையாவன: வாதுமைப் பருப்பு, பிஸ்தாப் பருப்பு, முந்திரிப்பருப்பு, சாரப் பருப்பு, தேங்காய், தேங்காய்ப் பால், பசுவின் பால், பசுவின் நெய், பசுவின் தயிர் ஆகியவைகளாம். இவற்றைச் சேர்ந்து உபயோகித்தால் மேற்கண்ட தீயகுணங்கள் உண்டாகமாட்டா. இன்னும், பசுவின் பாலில் வேக வைத்து உலர்த்தித்தூள் செய்வதாலும் தீக்குணங்களிரா.

இன்னும், பெரும்பான்மையும் எல்லோருக்கும் மேற்கண்ட தீக்குணங்களுண்டாகா. ஆனால் சில வறட்சித் தன்மையுள்ள உடலினர்க்கு மட்டும் சில வேளை காண்பதுண்டு. அந்தச் சமயம் மூலிகையைப் பயன்படுத்தாமல் நிறுத்தி விடுவதே முக்கியமான பரிகாரமாகும்.

அளவு: ஒவ்வொரு சரக்கு, ஒவ்வொரு மூலிகை ஆகியவைகளுக்கு அளவு ஏற்பட்டிருக்கின்றன. அந்த அளவுப்படி பயன்படுத்தினால் ஒரு குணமும் அதற்கதிகமாக உபயோகித்தால் வேறு குணமும் உண்டாகின்றன. சாதாரணமாக தேனைக் கால் முதல் ஒரு வராகனெடை வரையில் உபயோகித்தால் மலப்போக்கை நிறுத்தி

விடுகிறது. இரண்டு பலம் மூன்று பலம் உபயோகித்தால் கழிச்சலாகிறது. அகத்தியிலைச் சாற்றை அரை முதல் ஒரு வராகனெடை வரை உபயோகித்தால் எருவாய் நோய் (மூலம்) முதலிய பல நோய்களைக் கண்டிக்கிறது. அதனையே சமைத்து அதிகமாகச் சாப்பிட்டால் அது உணவாகி வருகிறது. அயத் திராவகத்தைத் துளிக் கணக்காக உபயோகித்தால் சூதகக் கட்டை உடைத்து விடுகிறது; அதனையே அதிகமாக உபயோகித்தால் சூதகப் போக்கை நிறுத்தி விடுகிறது. இவ்விதமே ஒரு சரக்கின் அளவு வேறுபட்டால் ஒன்றுக்கொன்று வேறானப் பற்பல குணங்கள் காணப்படுகின்றன என்பது அனுபவசாலிகளுக்கு நன்கு விளங்கும். இவ்விதமே இந்த வல்லாரை பச்சிலை அளவு வேறுபட்டால் பல குணங்களுண்டாகும். ஆகை யால், பின் காணும் அளவுகளைக் கவனத்தில் வைத்துச் சமயோசிதம் போல் உபயோக்க வேண்டியது. அவைப் பின்வரும் முறையாம்.

உலர்ந்த இலைத் தூளானால் இரண்டு குன்றிமணி எடை முதல் ஒரு வராகனெடை வரை, சமூலத்தின் தூளானால் 2¾ வராகனெடை முதல் 2½ வரை.

பச்சை இலையானால் ¾ வராகனெடை முதல் 1½ வரை; பச்சிலைச் சாறானால் ¼ வராகனெடை முதல் ½ வரை உபயோகிக்கலாம். உடல்வலிமை, நோய்வலிமை, உடலியல்பு முதலியவைகளையும் கவனித்து குறைத்தும், அதிகப்படுத்தியும் உபயோகிக்கலாம். சில உடலினர்க்குக் குறைவாகக் கொடுத்தால் ஒருவித குணமும் கொடுக்கிறதில்லை. அத்தகையவர்களுக்குப் படிப்படியாக அதிகப்படுத்தி உட்கொள்ள வேண்டும். ஆகையால் இந்த மருந்தை

அவரவர்களின் உடலியல்பை அறிந்து அவர்களுக்குத் தகுந்தது போல் பழக்கத்தால் அளவை நிச்சயித்துச் சமயோசிதம்போல் ஏற்படுத்திக் கொள்வதே நல்லது. இந்த அளவுகளை இரண்டு மூன்று நாளில் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளலாம்.

மருந்துணவு: நாம் உணவு முதலியவைகளில் பத்திய முறைகளை அறிந்து செய்யாமல் அநேக சமயங்களில் நற்குணத்திற்குப் பதிலாகத் தீக்குணத்தை அடைகின்றோம்.

"மருந்தென வேண்டாவாம் யாக்கைக் கருந்தியது
அற்றது போற்றி யுனின்."

இவ்விதம் நம் பெரியோர்கள் சொல்லி இருக்கின்றனர், நாம் அவ்விதிகளைக் கைக்கொண்டு அவ்வழி நடவாமையால் கடினமான பல நோய்கட்குள்ளாகி இருக்கின்றோம், முக்கியமாய் ஒரு மருந்தை அல்லது ஒரு மூலிகையைப் பயன்படுத்தும்போது அதற்கேற்பட்டிருக்கும் பத்தியத்தைக் கவனித்து முறைப்படி நடவாமையால் ஏமாந்து மோசம் போகின்றோம். பலவகைப் பலகாரங்களையும், பலவகை உணவுகளையும், பலவித நுட்ப முறைகளாகப் பாகப்படுத்திச் சாப்பிட்டுவருவதால் நாளுக்கு நாள் சுவை மிகுந்து அவற்றை அதிகப்படுத்திக் கொண்டு வருகின்றோம். நமது முன்னோர்கள் காய கற்பமெனச் சில மருந்துகளை அல்லது சில மூலிகைகளைத் தின்று எளிய உணவுகளையே உண்டு வருவார்கள். அதாவது ஒரு வகை அன்னமும், வெந்ததும் வேகாததுமாயுள்ள ஒருவகைக் கீரையுமேயாம். இதில், சிலர் குறைந்த உப்பிட்டும் சிலர் அறவே உப்பில்லாமலும் உண்பார்கள். இக்காலத்தில் டாக்டர் லூயிஸ் கூனி

என்பவரும் தம் மருத்துவ முறையில் மேற்கண்டபடியே இயல்பாகச் செரிக்கத் தக்க உணவுகளையே ஏற்படுத்தி இருக்கின்றனர். அதை அனுசரித்துவரும் அனேகர் அதிகப் பயனடைந்து வருகின்றார்கள். ஆகையால், எந்த மருந்தை உட்கொண்ட போதிலும் அதற்கேற்பட்டிருக்கும் பத்திய முறைகளை அனுசரித்து வந்தால் அதிகப் பயனுண்டாகுமென்பது திண்ணம்.

இவ்விதம் இந்த வல்லாரையைப் பயன்படுத்துவதிலும் சில விதிமுறைகள் உள்ளன. அவை பின்வருகின்ற விதமாகும்.

இந்த வல்லாரையை உட்கொண்ட பின் இது செரிக்கின்ற வரையில் வேறுவித உணவுகளையும், பருகுநீர்களையும் உட்கொள்ளுதல் கூடாது. இது செரிப்பதற்கு ஒன்று முதல் நான்கு மணி வரையில் உடலியற்பிற்கு ஏற்றாற் போல் செல்லும். ஆகையால், இந்தச் செரிப்புக் காலத்தை இரண்டொரு நாளையில் உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளலாம். இது செரியாததற்கு முன் வேறு உணவு வகைகளையும் உட்கொள்ளுவதால் அவற்றால் உண்டாகும் பயன் இல்லாமற் போகும். வேறு கெடுதி ஒன்றுமில்லை.

இதனை உட்கொள்ளுபோது, உப்பு, புளி ஆகியவை களை அறவே நீக்குவது நல்லது. ஆனால், உடல் வலிமையுள்ள வர்களுக்கும் நோய் வலிமையாகி உள்ளவர்களுக்கும் இப்படிச் செய்யலாம். இளமை உடலினர்கள், பெண்கள், இளைஞர்கள், குழந்தைகள், வயது சென்றவர்கள், கருவுற்ற பெண்கள், பாலூட்டும் பெண்கள் முதலியவர்கள் உப்பு, புளி முதலியவைகளைக் குறைவாகச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். அல்லது உப்பை வறுத்தும் புளியைச் சுட்டும்

சேர்த்துக் கொள்ளலாம். இந்தப் பத்திய, வகைகளை எல்லாம் இங்கெழுத முடியாது. ஆகையால், இதனையும் அவரவர்களின் உடலியல்பை அனுசரித்துச் சமயோசிதம் போல் அவர்கட்குத் தகுந்தபடி பத்தியம் ஏற்படுத்துவதே அறிவாளிகளுக்கு அழகாகும்.

மூலிகைகளைப் பறிக்கச் சில பொது விதிகள்

மருந்திற்காக நாம் பயன்படுத்தும் சரக்குகளுள் சிலவற்றைத் தூய்மை செய்தும், சிலவற்றைப் பாவனை செய்தும், சிலவற்றை உலர்த்தியும், சிலவற்றை வறுத்தும், சேர்த்து உபயோகிக்கின்றோம். இவ்விதமே மூலிகைகளைப் பறிக்கச் சில பொது விதிகளும், சில சிறப்பு விதிகளும் ஏற்பட்டிருக்கின்றன. ஒவ்வொரு மூலிகைக்கும் சாபம் இருப்பதனால் அதை நீக்கச் செய்து பறித்து உபயோகிக்க வேண்டுமென்பது பல பண்டிதர்களின் சித்தாந்தம். மூலிகையைப் பறிப்பதற்கு முதல் நாள் மூலிகை இருக்கு மிடத்திற்குச் சென்று "என் உபயோகத்திற்காக உன்னைப் பறித்துக் கொண்டு போவேன்" என்று சொல்வதும், அல்லது அங்கு தூப தீபம் கொடுப்பதும் அல்லது பாத்திஹா பூசை செய்வதும் ஒருவகைச் சாபம் நீக்குதல் என்கிறார்கள். இன்னும் பல வகையாகவும் சொல்லி இருக்கின்றனர். ஆனால், மேற்கண்ட வகைகள் போதுமானவைகள். இன்னும் சில மூலிகைகளை வேரோடு பிடுங்கி அதன் உற்பத்திக்கு இடமில்லாமல் நிர்மூலமாக்கி விடுவதும் கூடாது. அவ்வகை மூலிகைகளில் இலைகளை மாத்திரம் பறித்துக் கொள்வது நல்லது. ஏராளமாக கிடைக்கும் மூலிகைகளை வேரோடு பிடுங்கலாம். இவ்விதமே ஒவ்வொரு கிளையிலுமுள்ள கொழுந்துகளைக் கிள்ளலாகாது. அப்படிக் கொழுந்துகள் அவசியமானால் இரண்டொரு கொழுந்துகளைக்

கிள்ளிக் கொள்ளலாம். இவ்வித விதிகள் அனேகம் எழுதப் பெற்றிருக்கின்றன. அவை எல்லாவற்றையும் நாம் அனுசரித்து நடப்பது கூடாததாகையால், அவற்றை எழுதாது விடுத்தனம். ஆனால், இந்த வல்லாரையைப் பறிக்கும் போது சுகந்த வாசனையுள்ளவைகளைக் கொளுத்தி இதனால் நற்பயனுண்டாக வேண்டுமெனக் கடவுளை வழுத்திப் பறிக்க வேண்டியதே முக்கியமெனக் கடவுளை வழுத்திப் பறிக்க வேண்டியதே முக்கியமான விதியாம். வேறு சிலர் நமக்கு விருப்பமான பெரியோர்களை அல்லது தேவதைகளை நினைத்துப் பறித்துக் கொள்வதும் உண்டு.

குறிப்பு: பாத்திஹா என்பது அராபியர் சொல், பிரார்த்தனை (அல்லது) வேண்டிக்கொள்ளுதல் என்பது பொருள்.

இந்தப் பச்சிலையில் பழுத்த பழுப்புகளும், நுனியிலிருக்கின்ற இலேசான இலைகளும் ஆகா. ஆனால் நடுத்தரமான இலைகளே அதிகம் மேலானவை. கடலுக்கு அருகிலுள்ள மூலிகைகள் அவற்றிற்கு இயல்பாயுள்ள குணங்களைக் கொடுக்க மாட்டா. ஆகையால், கடலுக்குச் சற்றேறக் குறைய முப்பந்தைந்து மைலுக்கப்பாலுள்ளவைகள் தரமானவைகள். மூலிகைகளைப் பறிப்பதற்குத் தகுந்த காலம் சூரியம் உதிக்கும் காலமேயாம். நடுப்பகலும் மாலையும் மூலிகைகளைப் பறிக்கத் தகாத காலங்களாகும்.

குறிப்பு: மேற்கண்ட விதிகளெல்லாம் எப்போதும் அனுசரிக்க முடியாது. அவசரமான காலங்களில் சமயோசிதம்போல் கிடைக்கக் கூடியவைகளை வேண்டிய காலங்களில் பறித்துக் கொள்வதே பொருத்தமாம்.

வல்லாரையைப் பயன்படுத்தும் முன் பின்பற்ற வேண்டிய விதிகள்:

வல்லாரையை மருந்தாகவும், கற்பமாகவும் உட்கொள்ள விரும்புவோர் கீழ்க்கண்ட விதிமுறைகளைப் பின்பற்ற வேண்டும். அவை:-

1. ஆரம்பத்தில் உடலிலுள்ள எல்லாவகைத் தீயநீர்களையும் நீக்க வேண்டியது முக்கியம். அப்படி நீக்காவிட்டால் அதற்குண்டாகும் முழுக்குணமும் காணப்படாது. வேண்டுமானால், ஆரம்பத்தில் கக்கலுக்குச் சாப்பிட்டு கக்கல் (வாந்தி மருந்து) மூலமாக உடலிலுள்ளக் கெட்ட கறள்களை நீக்க முயற்சி செய்ய வேண்டியது. அதன் பின்பு கழிச்சலுக்குச் (பேதிக்குச்) சாப்பிட்டு மலத்தின் மூலமாய் உடலிலுள்ள அசுத்தங்களை நீக்க வேண்டியது. அதன் பின்பு, ஆவி பிடித்து அல்லது டர்க்கீஸ் பாத் முதலியவை களினால் வேர்வையை உண்டாக்கி வேர்வை மூலமாகத் தீய மலங்களை நீக்க வேண்டியது. அதன் பின்பு, பீச்சு (வஸ்தி பிரயோகம்) செய்கை முறையைச் செய்து கெட்ட மலங்களை நீக்க வேண்டியது. எனிமா, பீச்சாங்குழல், ஆசனத்திரி முதலியவைகள் போதுமானவைகள். மேற்கண்ட படி எல்லாவற்றையும் செய்யக் கூடாதபோதிலும் குறைந்தபட்சம் வாந்தி செய்தாவது, கழிச்சல் மருந்து சாப்பிட்டாவது அசுத்தங்களை நீக்க முயற்சி செய்ய வேண்டியது. இதற்காகத் தகுந்த மருத்துவர்களிடம் கலந்து அவர்கள் மூலம் அந்தந்தச் சமயத்தில் அதிகரித்திருக்கும் தீய நீர்களை நீக்கி உடலைத் தூய்மை செய்து கொள்ள வேண்டியது.

வஸ்திரப் பிரயோகம்: எருவாய் வழியாக சில மருந்துகளைச் செலுத்தி தடை பட்ட மலத்தை வெளியாக்கல்.

வல்லாரைத் தூய்மை: வல்லாரையைப் பசுவின் பாலில் வேகவைத்து உலர்த்தி எடுத்துக் கொள்ள வேண்டியது. முக்கியமாய் இந்தத் தூய்மை சூரணங்கள், இளகங்கள் ஆகியவைகளுக்கேயாம். சூரணங்கள், இளகங்கள் ஆகியவைகளின் முறைகள் வருமிடங்களிலெல்லாம் இந்தத் தூய்மையை எழுதாவிட்டாலும் அந்த முறைகள் ஒவ்வொன்றிலும் இவ்வாறு தூய்மை செய்து சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டியது.

வல்லாரை தனி மருந்து

1. கற்பாதி உசிதம்

அதிகாலையிலெழுந்து கை கால்களைத் தூய்மை செய்து கொண்டு தான் வழிபடு கடவுளைத் தொழுது இந்த மூலிகை இருக்குமிடத்திற்குச் சென்று ஓர் இலையில் அரை இலையைக் கிழித்து வாயிலிட்டு மென்று தின்ன வேண்டும். இதன் மேல் ஒன்றும் சாப்பிடலாகாது. முன் உட்கொண்ட இலை செரித்தவுடன் நன்றாகப் பசித்த பின்பு உணவு உட்கொள்ள வேண்டும். இதற்குச் சற்றேறக் குறைய மூன்று நான்கு மணி நேரம் செல்லும். இது வரையில் தன் வேலைகளைச் செய்யலாம். சாப்பிடாமலிருப்பதே இதற்கு முக்கிய பத்தியம். நல்ல பசியுண்டான பின்பு வழக்கம் போல் சாப்பிடலாம். மறுநாள் அதிகாலையில் எழுந்து முன்போல் மூலிகை இருக்குமிடத்திற்குச் சென்று தான் வழிபடு கடவுளைத் துதித்து ஒரு இலையைக் கிள்ளி வாயிலிட்டு மென்று தின்ன வேண்டும். முதல் நாளைப்

போலவேப் பத்தியமிருக்க வேண்டும். மூன்றாம் நாள் ஒன்றரை இலையையும், நான்காம் நாள் இரண்டிலைகளையும், ஐந்தாம்நாள் இரண்டரை இலைகளையும், ஆறாம் நாள் மூன்றிலைகளையும், ஏழாம்நாள் மூன்றரை இலைகளையும் சாப்பிட வேண்டும். இவ்விதம், ஏழுநாள் சாப்பிட்டு விட்டு நிறுத்தி இவ்விதம், மாதம் ஒன்றுக்கு ஏழுநாள் வீதம் மூன்று முறை உபயோகித்தால் குட்ட நோய்த் தீர்ந்து போகும். நினைவாற்றல், கலைத்திறன் ஆகியவைகள் அதிகமுண்டாகும். இரத்தத் தூய்மை உண்டாகி உடலிலுள்ள படைகள், கிரந்திப் புண்கள், இரணங்கள் முதலியவைகள் தீரும். உடல் நலமும், வளமும் உண்டாகும்.

மருத்துணவு: நோய் மிகுதியாக இருந்தால், உப்பு, புளி ஆகியவைகளை அறவே நீக்கிப் பாலன்னம் உபயோகிப்பது உத்தமம். அப்படி இயலாதபோது உப்பை வறுத்தும் புளியைச் சுட்டும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். புளிக்குப் பதிலாக எலுமிச்சம் பழத்தைச் சேர்த்துக் கொள்ள லாம். இளமையான உடலினராயிருந்தால் உப்பு, புளி ஆகியவைகளைக் குறைவாகச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். சில உடலினர்க்கு இது வறட்சியை உண்டாக்கும். ஆதலால், பசுவின்பால், பசுவின் நெய், வாதுமைப்பருப்பு முதலியவை களை அதிகமாகச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டியது.

குறிப்பு: *(1)* வல்லாரை இருக்குமிடத்திற்குப் போகக் கூடாத வர்கள் அதற்கு முதல் நாள் மாலையில் கொஞ்சம் இலையை வரவழைத்து வைத்துக் கொண்டு மறுநாட்காலையில் மேற்கண்ட முறைப்படி உட்கொள்ளலாம்.

வல்லாரையை உபயோகிப்பவர்கள் அதைச் சாப்பிடு முன் மேலே சொல்லியிருக்கின்றபடி கழிச்சல் மருந்து

சாப்பிட்டு உடலைத் தூய்மை செய்து கொண்டு பின்பு உட்கொள்ளலாம்.

2. கற்பாதி உசிதம் (வேறு)

முதல் முறையிற் கூறியிருக்கின்றபடி ஒவ்வொரு நாளும், அரை அரையிலையாக அதிகப்படுத்திக் கொண்டு போய் ஏழுநாள் வரையில் சாப்பிட வேண்டும். எட்டாம் நாள் முதல் அரையரை இலையாகக் குறைத்து வந்து பதினான்காம்நாள் அரைஇலை சாப்பிடவேண்டும். இந்த முறைப்படி அதிகப்படுத்தியும் குறைத்தும் சாப்பிடுவதால் குட்டநோய்கள் தீரும். கிரந்திப்புண்கள், மறைவிடங்களில் உள்ள புண்கள் ஆகிய கடின நோய்கள் தீரும். இரத்தத் தூய்மை, உடல்நலம் முதலியவை உண்டாகும்.

மருந்துணவு: முன் முறையிற் சொல்லப்பட்டவை களேயாம்.

3. சோமவல்லி உசிதம்

அதிகாலையில் சூரியனுதிக்கும் போது சுமார் ஒரு வராகனெடை வல்லாரை இலையை வாயிலிட்டு மென்று தின்னவும். மூன்று நான்கு மணிநேரம் ஒன்றும் சாப்பிடாமலிருப்பது உட்கொண்ட இலை செரித்துப் பசியெடுத்த பின்பு உணவு உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதமே ஒவ்வொரு காலையிலும் பத்து நாள் வரையில் செய்ய வேண்டும். பசுவின்பால், பசுவின் வெண்ணெய், பசுவின் நெய் ஆகியவைகளை அதிகமாகச் சேர்த்து வர வேண்டும். புளி, உப்பு ஆகியவைகளைக் கூடிய வரையில் குறைத்து வரவேண்டும். இவ்விதமே ஒவ்வொரு, மாதத்திலும் பத்துப் பத்து நாளாக மூன்று மாதங்கள் வரை

செய்யின் பைத்திய நோய், உன்மத்தநோய், கிரந்திப்புண் முதலியவை தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

4. மதிவல்லி மருந்து

சுமார் ஒன்றரை வராகனெடை வல்லாரை இலையை கொஞ்சம் நெய்யில் சிவக்க வறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவும். மேற்றோல் நீக்கின வாதுமைப் பருப்பொன்றையும் நெய்யில் சிவக்க வறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவும். இவ்விரண்டையுஞ் சேர்த்து மென்று தின்ன வேண்டும். இவ்விதம் காலை ஒரு வேளை மட்டும் உபயோகிக்கலாம். கூடுமானால் காலை, மாலை இருவேளையும் உபயோகிக்கலாம். இவ்விதம், தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின் குரற்கம்மல், கபக்கட்டு முதலியவை நீங்கிக் குரலோசை இனிமையாகச் சீர்படும்.

மருந்துணவு: முன் சொல்லப் பட்டவைகளேயாகும்.

5. பரம மண்டூலகி மருந்து

பச்சை வல்லாரையில் ¾ வராகனெடை, மேற்றோல் போக்கின அக்ரோட் பருப்பு 1½ வராகனெடை, மேற்றோல் போக்கின வாதுமைப் பருப்பு எண். 1, ஏலசிரி 1½ வராகனெடை, மிளகு எண் 1, கற்கண்டு தேவையான அளவு.

செய்முறை: இவைகளை அம்மியில் வைத்து வெண்ணெய் போல் அரைத்துப் பசுவின் பாலில் அல்லது தண்ணீரில் கரைத்துப் பருகச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம், காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் செய்ய வேண்டும். அல்லது, காலை மாலை இரண்டு வேளையும் செய்யலாம்.

தீரும் நோய்கள்: குரலோசையை சீர்படுத்தும்; தலை மூளையை வலுவாக்கும். நினைவாற்றலை அதிகப்படுத்தும் இருதயத்தைப் பலப்படுத்தும்.

மருந்துணவு: மேற்கூறியவைகளேயாம்.

6. விவேகவல்லி மருந்து

சுமார் மூன்று வராகனெடை வல்லாரை இலையை நெய்யிற் சிவக்க வறுத்தெடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அரையாழாக்குப் பச்சையரிசிமாவில் கலந்து தண்ணீர் தெளித்துப் பிசைந்து ரொட்டி தட்டி ஓட்டிற்போட்டுச் சாப்பிட வேண்டும். இதில், உப்பைச் சேர்க்கலாகாது. அவசிய மானால் நெய்யையும், சீனிச் சர்க்கரையையும் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். இவ்விதம், சில நாள்கள் செய்துவரின் சித்தப்பிரமை, உன்மத்தம் முதலியவை தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

குறிப்பு: விருப்பமானவர்கள் வெங்காயத்தைச் சிறுக அரிந்து நெய்யில் சிவக்க வறுத்து மேற்கண்ட ரொட்டியுடன் கலந்து சித்தப்படுத்தியுஞ் சாப்பிடலாம்.

7. மண்டூலகி உசிதம்

அரையாழாக்குப் புழுங்கலரிசியை இரவில் கொஞ்சம் நீரில் ஊற வைக்க வேண்டும். காலையில் நீரை இறுத்து விட்டு அரிசியை அம்மியில் வைத்து அதனுடன் வயதிற்குத் தக்கபடி இரண்டு அல்லது மூன்று வராகனெடை வல்லாரை இலையைச் சேர்த்து வெண்ணெய்போல் அரைத்து ரொட்டி தட்டி ஓட்டிலிட்டுச் சுட்டு வெந்த பின்பு எடுத்து நெய், சீனி, தடவிச் சாப்பிட வேண்டும்.

இவ்விதம், காலையில் ஒருவேளை மட்டும் ஏழு நாள் சாப்பிட வேண்டும். இவ்விதம், செய்தால் உடலிலுள்ள சொறி, சிரங்கு, கொப்பளம், தினவு, அரிப்பு முதலிய தோலைப் பற்றின நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

8. நீர் வல்லாரை மருந்து

பசுவின் பால் கால் ஆழாக்கு, வல்லாரையிலைச்சாறு ஒரு வராகனெடை, இவ்விரண்டையுங் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம், காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் பத்து நாள் வரையில் சாப்பிட்டு வந்தால் வலுக்குறைந்த மூளை பலப்படும். மறதி நோய் தீரும். நோய் நாட்பட்டதாயிருந்தால், அதிக நாள் உட்கொள்ள வேண்டும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

9. வல்லாரைச் சுரமருந்து

வல்லாரையின் தனிச்சாறு ¾ வராகனெடை, இதனைக் காலையில் உட்கொள்ள வேண்டியது. இரண்டு மணிநேரம் தாமதித்து செரிப்பாற்றலுக்கு தகுந்தபடி அரை அல்லது முக்கால், ஒன்று, ஒன்றரை ஆழாக்குப் பசுவின் பாலைப் பருகச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம், தொடரச்சியாக நாற்பது நாள் செய்துவரின் உடலிலுள்ள அநேக நோய்கள் தீரும். இரத்தத் தூய்மை உண்டாகும். ஆயுள் பெருகும்; செரிப்பாற்றல் பெருகும்; நினைவாற்றல் அதிகப்படும்; தலைமூளை வலுப்படும்.

மருந்துணவு: மேற்கூறியவைகளேயாம்.

10. கிருமி உசிதம்

வல்லாரை இலைச்சாறு ½ வராகனெடை, முலைப்பால் 2 வராகனெடை, வாய்விளங்கத் தூள் 2 குன்றி எடை, முன்னிரண்டையுங்கலந்து இந்தத் தூளைத் தூவிச் சிறு குழந்தைகளுக்கு ஊட்டிவர வேண்டும். இவ்விதம், நாள்தோறும் இரண்டு வேளை ஊட்டிவரின், சிறுகுழந்தைகளின் வயிற்றிலுள்ள கிருமிகள் (நுட்புழு) அழிந்துபோகும், அதனாலுண்டாகும் வலிப்பு, அபஸ்மாரம் முதலிய நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: பாலூட்டும் தாய்க்கு மேற்கண்டபடி பத்தியம் வைக்க வேண்டியது.

11. காமாலை உசிதம்

வல்லாரை இலைச்சாறு வராகனெடை 1, கீழ்க்காய் நெல்லிச்சாறு வராகனெடை 1, பசுவின்பால் அல்லது பசுவின் தயிர் கால் ஆழாக்கு இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம், நாள்தோறும் இரண்டு மூன்று வேளை செய்யலாம். இதனால், காமாலை நோய்கள் தீரும்.

குறிப்பு: கீழ்க்காய்நெல்லிச் சாற்றைச் சேர்க்காமல் வல்லாரைச் சாற்றை மட்டும் தனியே உட்கொள்ளலாம்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

12. பிரமேக உசிதம்

வல்லாரைச் சாறு 1 வராகனெடை, வெள்ளறுகுச் சாறு ½ வராகனெடை, பசுவின்பால் அல்லது தயிர் 1 ஆழாக்கு, இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து பருகச் செய்ய

வேண்டும். இவ்விதம், நாள்தோறும் மூன்று வேளை உபயோகிக்கலாம். இப்படிச் செய்துவரின் நீரெரிச்சல், பிரமேகம், நீர்த்தாரை அழலை ஆகிய நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: *மேற்கண்டவைகளேயாம்.*

13. ஆமாச நோய் உசிதம்

வல்லாரை ¾ வராகனெடை, சங்கங்குப்பி, வெண்காக்காட்டான் அல்லது வெள்ளறுகு ¾ வராகனெடை, பொன்னாங்காணி ¾ வராகனெடை, மேற்றோல் நீக்கின அக்ரோட் பருப்பு 1½ வராகனெடை, மிளகு ¼ வராகனெடை.

செய்முறை: *இவை எல்லாவற்றையும் அம்மியில் வைத்து வெண்ணெய் போலரைத்துத் தேவையான அளவு பசுவின் பாலில் கரைத்துப் பருகச் செய்ய வேண்டியது. இவ்விதம், காலை மாலையிரண்டு வேளையும் செய்துவரின் வீக்கங்கள், மஞ்சட்காமாலை, பிரமேகம், இந்திரிய ஒழுக்கு ஆகியவைகள் தீரும். குரலோசை, சீர்படும்; மறதிநோய் தீரும்.*

14. கபம் நீக்கும் உசிதம்

வல்லாரையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்த சாறு 1½ வராகனெடை, அரிசித்திப்பிலியை வறுத்திடித்துத் தூள் 4 குன்றிமணியெடை இவ்விரண்டையும் கலந்து கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம், நாள்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று முறைகள் உபயோகித்து வந்தால் கபநோய், இருமல் ஆகியவை தீரும்.

மருந்துணவு: *மேற்கண்டவைகளேயாம்.*

15. மலச்சிக்கல் நீக்கும் மருந்து

வல்லாரையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்து சாறு 2 வராகனெடை, ரூமி மஸ்தகித்தூள் பூனைக்கண்குங்கிலியம், 4 குன்றிமணியெடை இவ்விரண்டையுங் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். காலை மாலை இருவேளையும் உட்கொண்டு வந்தால் மலக்கட்டு, மலபந்தம் தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

16. மலச்சிக்கல் நீக்கும் மருந்து (வேறு)

வல்லாரையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்த சாறு 2 வராகனெடை, அதிமதுரம் தூள் 8 குன்றிமணியெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். இம்முறையே காலை, மாலை இரு வேளையும் சில நாள்கள் வரை தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின் மலக்கட்டு மலபந்தம் ஆகியவை தீர்ந்து, மலம் ஒழுங்குபடும்; மலபந்தத்தினாலுண்டான நோய்களும் தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

17. வயிற்று நோய் உசிதம்

வல்லாரையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்த சாறு 2 வராகனெடை, சோம்புத்தூள் 8 குன்றிமணியெடை இவ்விரண்டையும் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். இம்முறையே தொடர்ச்சியாக காலை மாலை இரண்டு வேளையும் செய்து வர வயிற்றுவலி, வயிற்றிலுள்ள வாயுக்கள், நீரடைப்பு, நீர்க்கட்டு, நீர் தொடர்பான வீக்கங்கள் ஆகியவை தீரும்.

18. சூதகக்கட்டு உசிதம்

வல்லாரையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்த சாறு 2 வராகனெடை, சோம்புத் திராவகம் 2 பலம், இவ்விரண்டையும் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம், இரண்டு வேளையும் தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின் சூதகக்கட்டு, கருப்பையிலுள்ள வாயுக்கள், பிரசவத்திற்குப் பின்காணும் நோய்கள் ஆகியவைத் தொடர்பான நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்டவைகளேயாம்.

குறிப்பு: சோம்புத் திராவகம் = சோம்புத்தீநீர்; இது திராவகப் பானை கொண்டு இறக்கும் காரணம் பற்றித் திராவகம் என்று வழங்கும்.

19. வலிப்பு உசிதம்

வல்லாரைச்சாறு 2 துளி, ஊமத்தை இலைச்சாறு ஒரு துளி இவ்விரண்டையும் கலந்து ஒரு பலம் பசுவின் பாலிற் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டும். இவ்விதம், காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் உட்கொள்ள வேண்டும். இதனால், சிலருக்கு ஆரம்பத்தில் மயக்கமுண்டாகும். இரண்டு மூன்று நாள் சென்றுவிட்டால் பழக்கமாகிவிடும். இவ்விதம், தொடரச்சியாக உட்கொண்டு வந்தால் காக்கைவலி தீர்ந்துபோகும் எனச் சில மருத்துவர் கூறுகின்றனர். இதனை உபயோகிக்க விரும்புவோர் மிக்க கண்காணிப்புடனும் விழிப்புடனும் உடலியல்பை அறிந்தும் உபயோகிக் வேண்டியது.

20. இருதய வலிமை உசிதம்

வல்லாரைச் சாறு வராகனெடை 1, கவுஜுபான் திராவகம் 2 பலம், இவ்விரண்டையும் கலந்து பருகச்

செய்ய வேண்டும். இவ்விதம் காலை மாலை இரண்டு வேளையும் செய்துவரின், இருதய துர்ப்பலம், இருதய அதிர்ச்சி ஆகியவை தீரும். இருதயம் வலுப்பட்டுத் தைரிய முண்டாகும்.

21. ஈரல் நோய் உசிதம்

வல்லாரை இலைச்சாறு வராகனெடை 1, காசினித் திராவகம் பலம் 2 இவ்விரண்டையுங் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டும். நாள் தோறும் காலை மாலை இருவேளையும் தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின் காமாலை, பாண்டு, ஈரல்வீக்கம், பழையசுரம் ஆகியவை தீரும்.

22. ஈரல் நோய் உசிதம் (வேறு)

வல்லாரை இலைச்சாறு வராகனெடை 1, மணித்துக்கர்ணந் திராவகம் 2 பலம்; இவ்விரண்டையும் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டும். ஒவ்வொருநாளும் இரண்டு அல்லது மூன்று முறைகள் இவ்விதம் செய்துவரின் ஈரலின் தாபிதம், ஈரலின் வறட்சி, வறட் காமாலை, பாண்டு, வீக்கம் ஆகியவைகள் தீரும்.

23. சுர நோய் உசிதம்

வல்லாரையைப் பிட்டவித்துப் பிழிந்த சாறு 2 வராகனெடை, மிளகுத்தூள் 4 குன்றிமணியெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் நாள்தோறும் மூன்று முறைகள் செய்துவரின் புராதனசுரம், எலும்பு சுரம் ஆகியவை தீரும்.

மருந்துணவு: மேற்கண்வைகளேயாம்.

24. சொறி தீர்க்கும் சூரணம்

வல்லாரையைப் பாலில் அவித்து உலர்த்தி இடித்துத் துணியில் வடிகட்டிய தூள் ஒரு வாரகனெடை தேனில் குழைத்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் காலை, மாலை, இரண்டு வேளையும் உபயோகித்தவரின் இரத்தத் தூய்மை உண்டாகி உடலிலுள்ள புண்கள், சொறிகள் ஆகியவை நீங்கும்.

திருவனந்தபுரம் ஹிஸ் ஹைனஸ் மகாராசா அவர்களின் மருத்துவராகிய மேன்மை தங்கிய "டாக்டர் எட்வர்ட் ஜேவாரிங் எஸ்கொயர்" என்பவர் அனுபவசித்தமாய்க் கண்டிருப்பது பின்வருகின்ற முறையாகும்.

25. குட்ட நிவாரணச் சூரணம்

*ஆங்கில மருத்துவர் பலர் வல்லாரையைக் குட்ட நோய்க்கு உபயோகித்து நற்பேறு பெற்றிருக்கிறார்கள். இதனைப் பதம் பண்ணும் முறையாவது:- இந்த வல்லாரைச் செடியைச் சேகரித்துக் கொடியை நீக்கி இலையை மட்டும் தரித்து ஒரு பக்கம் பரப்பி நிழலில் *உலரவைத்து நன்றாயுலர்ந்த பின்பு நேர்மையாய்த் தூள் செய்துப் புட்டியில் நன்றாய் மூடிவைத்துக் கொள்ள வேண்டும். இதில் ஒரு நேரத்திற்கு 2 முதல் 4 குன்றி மணியெடைவரை நாளொன்றுக்கு மூன்று வேளை தக்க துணை மருந்தில், அதாவது நெய்யில் அல்லது தக்க இளகத்தில் கொடுக்க வேண்டும். இப்படிக் கொடுத்து வரும்போது மேற்படித் தூளைப் புண்களில் தூவினாலும்,*

---

*இவர் அனுபவபபடி இப்படி எழுதியிருந்தாலும் சித்தர் முறைப்படி இதனைப் பாலில் வேகவைத்துலர்த்துவது நல்லது.

அல்லது உடனே பறித்த இலையைச் சிதைத்து வைத்துக் கட்டினாலும் நன்மையுண்டாகும். இவ்வாறு செய்து சில வாரங்கள் கழிந்த பின் நோயாளி பல விதத்திலும் நலமுறுவான். உள்ளுக்கு இதனை உபயோகித்துச் சில நாள்கள் சென்றவுடன் உடல் முழுவதும் சொறி கண்டால் உடனே மருந்தை நிறுத்தி ஒருமுறை கழிச்சல் மருந்து கொடுத்து ஒரு வாரம் சென்ற பின் மறுபடியும் கொடுக்கலாம். இவ்விதம், செய்வதால் நோய் முழுதுமாக நலமுறாவிடினும் சிறிது குணத்தையேனும் அவசியம் கொடுக்கும்.

இன்னும் கண்டமாலை, மேகநோய் ஆகியவற்றிற்கும் இதனைக் கொடுக்கலாம். கண்டமாலை அல்லது மேக நோயைச் சேர்ந்தாவது, சேராமலாவது உண்டாகி நெடுநாள் நிலைத்திருக்கும் புண்கள் ஆகியவைகளுக்கெல்லாம் இதனை விடாமல் தொடர்ச்சியாகக் கொடுத்துவரின் உறுதியாக நலத்தையுண்டாக்கும். மேற்படி மூலிகையைத் தனித்தனியாக வறுத்துத் தூள் செய்தால் அதன் சத்தும் போய்விடுமாதலால் அப்படிச் செய்யக் கூடாது.

26. கருப்பம் காக்கும் சூரணம்

மேற்றோல் சீவின சுக்கு 1½ பலம், வல்லாரையிலையைத் தூய்மை செய்து நிழலில் உலர்த்தி இடித்தத் தூள் 3 பலம், ஏலரிசித் தூள் 6 வராகனெடை, மிளகுத் தூள் ¼ வராகனெடை கல்லுப்புத் தூள் ¼ வராகனெடை, வாதுமை நெய் அல்லது பசுவின் நெய் 1½ பலம்.

செய்முறை: முன் கண்ட தூள்களெல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து வாதுமை நெய்யை அல்லது பசுவின் நெய்யைச்

சிறுகச் சிறுகத் தெளித்துப் பிசைந்து நெய்ப்பசை உண்டாக்கிப் பீங்கான் பாண்டத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: ¼ முதல் ½ வராகனெடை.

துணை மருந்து: தயிர், பால், மணப்பாகுகள், தாழம்பூ மணப்பாகு முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: நாம் முன் முகவுரையில் சொல்லி இருப்பது போல் கருப்பத்திலுள்ள பிள்ளை, அதிக அறிவாகவும், அதிக நினைவாற்றலுள்ளதாகவும் இருக்கும். கருப்பமுள்ள பெண்களுக்கு உண்டாகும் வாந்தி நின்று விடும். உடல் நலமாகவும் வளமாகவும் இருக்கும். வீண் கவலை, மனக்கவலை ஆகியவைகள் வராமல் அவற்றைத் தடுக்கும். மனக்களிப்பை உண்டாக்கும்.

கறி மிளகு: மிளகு, கறி என்றாலும் மிளகுதான்; ஆனால், இங்கு கறி மிளகு என்று கூறிய காரணம். இது வீட்டில் கறி செய்ய முக்கியமாக உபயோகமாகிற காரணத்தால், எக்க, மற்றும் துலுக்குமொழியில் 'காளிமிரிக்' என்று மிளகைக் கூறுவர். அதை மொழி பெயர்த்தவர் கரிமிள கென்னாது கறி மிளகு என்றார் போலும் (கரி-கருப்பு; மிள கு-மிள கு)

மருந்துணவு: கருப்பிணிகள் மேற்கண்ட மருந்தை உபயோகிக்கும் போது கீழ்க்காணும் பத்தியத்தை கவனிக்க வேண்டியது அவசியம்.

கருப்பிணிகள் உணவு முதலிய வகைகளை அளவாக உபயோகிக்க வேண்டியது. கஞ்சா: சாராயம், அபினி முதலிய போதை தரும் பொருட்களையும், திமிரை

உண்டாக்கக்கூடிய கொழுப்புச் சத்துப் பொருட்களையும், உபயோக்கலாகாது. நேர்வாளம், அதிக உவர்ப்பானப் பொருட்கள், காரமான பொருள்கள் முதலியவைகளையும் அறவே நீக்க வேண்டியது. இன்னும் உடலிற்கு ஒய்வும், காய்கறிகளைச் சேர்த்தும், ஒவ்வாதவைகளையும் நீக்கியும் பத்தியம் இருக்க வேண்டியது. இன்னும் இப்பத்திய விளக்கங்களை அறிய வேண்டியவர்கள் நமது 'தாது விருத்தி போதினி' முதல் பாகத்தைப் பார்வையிடவும்.

மேற்கண்ட மருந்தை உபயோகிக்காத கருப்பப் பெண்களும் இந்தப் பத்தியங்களைக் கடைபிடித்து வந்தால் அதிக நன்மையைப் பெறுவார்கள்.

27. மதுமேக சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைச் சூரணம், பொடுதலைச் சூரணம் தனித்தனியே 8 குன்றிமணி எடையாகக் கலந்து தேனில் உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் காலை, மாலை, இரண்டு வேளையும் தொடர்ச்சியாகச் செய்துவர மதுமேகம், நீரழிவு ஆகிய நீர் சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

28. என்புசுர சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத் தூள், மூங்கிலுப்புத்தூள் தனித்தனியே 8 குன்றிமணி எடையாகக் கலந்து தேனில் அல்லது நெய்யில் உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் நாளைக்கு இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை உபயோகிக்கலாம். இதனைத் தொடர்ச்சியாக உபயோகித்துவரின் என்புசுரம், வெட்டைச் சூடு முதலியவைகள் தீரும்.

29. புராணசுர என்பு சூரணம்

தூய்மைசெய்த வல்லாரைத்தூள் 8 குன்றிமணி எடை, சீந்திற் சர்க்கரை 8 குன்றிமணிஎடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து தேனில் அல்லது நெய்யில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். நாள் தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளையாகத் தொடர்ச்சியாக உபயோகித்துவரின் புராணசுரம், பித்தசுரம், என்புசுரம் ஆகியவை தீரும்.

அத்திசுரம்=என்புதாதுவைப் பற்றிய (அத்தி=அஸ்தி எலும்பு) காய்ச்சல்.

புராணசுரம், பழையசுரம் இதில் பலவகை உண்டு. வரச்சுரம், பட்சச் சுரம், அயனச் சுரம், ஆண்டுச் சுரம் போன்றவை நம் மருத்துவ நூல்களில் குறிக்கப்படுகின்றன.

30. பெருநோய் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள், பறங்கிப்பட்டைத் தூள், தனித்தனியே 8 குன்றிமணி எடை தூக்கிக் கலந்து தேனில் அல்லது நெய்யில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உபயோகிக்கவும். இவ்விதம் தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின் பெருநோய், கிரந்தி, குட்டம், மேகநோய் முதலியவை தீரும்.

31. இரத்தின பஞ்சக சஞ்சீவி

பாகப்படுத்தின ஆகீஹ் சூரணம், பாகப்படுத்தின பவளச்சூரணம், பாகப்படுத்தின கஹரூபாச் சூரணம், பாகப்படுத்தின ஷெப் சூரணம், பாகப்படுத்தின முத்துச்

சூரணம். இவை வகை ஒன்றுக்கு மூன்று வராகனெடை; சீந்தில் சர்க்கரை 1½ வராகனெடை, ஏலரிசிச் சூரணம் 1½ வராகனெடை, தாமரைக்கொட்டை சூரணம் 1½ வராகனெடை, தூய்மை செய்த வல்லாரைச் சூரணம் 20 வராகனெடை.

அகீஹ்: இதனைப் பவளத்தைப் பக்குவம் செய்வது போலச் செய்து கொள்ள வேண்டியது.

இவைகளைப் பக்குவபடுத்தும் முறைகள் நமது "யூனானி வைத்தியதாருட்ய விருத்திபோதினி" முதல் பாகத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

அகீஹ், கஹ்ரூபா, எஷப் என்பவை பாரசீகம், அரபு நாட்டு மருந்து சரக்குகள்.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து கல்வத்தி லிட்டு இரண்டு மணி நேரம் அரைத்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1-2-3 குன்றிமணி எடை.

துணை மருந்தும், தீரும் நோய்களும்: வெள்ளறுகை அரைத்த விழுது 1 வராகனெடை, கற்கண்டுத்தூள் 1 வராக எடை இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படிச் சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொண்டுவரப் பைத்தியம், உன்மத்தம், அறிவுப் பைத்தியம், ஞானப் பைத்தியம் முதலிய எல்லாவகைப் பைத்தியங்களும் தீரும். தலை மூளை பலப்படும். மார்பதிர்ச்சி, இருதய வலிமைக் குறை ஆகியவைகள் தீரும். இருதயம் முதலிய இராச கருவிகள் பலப்படும்.

பசுவின் வெண்ணெய் 1 வராகனெடை, கற்கண்டுத்தூள் 1 வராகனெடை இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படி சூரணத்தைச் சேர்த்து உட்கொண்டுவர இரத்தத்திலுள்ள குற்றங்கள் நீங்கி இரத்தத் தூய்மையுண்டாகி நரம்புகள் பலப்பட்டு முறுக்கேறித் தைரியம், ஊக்கம் முதலியவை உண்டாகும்.

தித்திப்பு மாதுளம் பழச்சாறு 2 வராகனெடை, தேன் 1 வராகனெடை, நெய் 1 வராகனெடை, இவைகளைக் கலந்து மேற்படிச் சூரணத்தைச் சேர்த்துண்ண ஈரல் தொடர்பான நோய்கள் தீர்ந்து ஈரல், இருதயம் ஆகியவைகள் பலப்படும்.

சீமை அத்திப்பழச்சாறு அல்லது ஆப்பிள் (Apple) சாறு 5 வராகனெடை; தேன் 2 வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படிச் சூரணத்தைச் சேர்த்துண்ண இருதயம் வலுப்படும். மனக்களிப்பு, உற்சாகம், தைரியம் ஆகியவைகள் உண்டாகும்; சோம்பல் அசதி ஆகியவைகள் தீரும்.

பசுவின் நெய் 2 வராகனெடை, தேன் 2 வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படிச் சூரணத்தைச் சேர்த்துண்ண மறதி நோய், மூர்ச்சைநோய் ஆகியவை தீரும்.

வெண்ணிறமான வெங்காயச்சாறு ஒரு பங்கு. தேன் இரண்டு பங்கு, இவ்விரண்டையும் சேர்த்துக் காய்ச்சி நீர்சுண்டிப் பாகுபதமாக வரும்போது இறக்கிப் புட்டியில் வைத்துக் கொள்ளவும். இந்த மணப்பாகு 2 முதல் 3 வராகனெடை, இதில் மேற்படிச் சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம்

தொடர்ச்சியாகச் செய்துவரின் மறதிநோய், பைத்திய நோய் ஆகியவை தீரும்.

நாகக் கொட்டை விதைத் தூள் 2 வராகனெடை, தேன் 2 வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படி சூரணத்தைச் சேர்த்துண்ண, மதுமேகம், நீரழிவு, அதிதாகம் ஆகியவைகள் தீரும். இரண்டு மூன்று நாள்களில் நீரில் சர்க்கரை மாறிப் போகும்.

படிப்படியாக டிகிரியும் ஓர் வகை அளவு குறைந்து போகும்.

எலுமிச்சம் பழச்சாறு ஒரு பங்கு, சீனாக் கற்கண்டு ஒரு பங்கு இவ்விரண்டையும் கலந்து சர்பத்தாகக் காய்ச்சி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். 2 வராகனெடை சர்பத்தில் மேற்படி சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொண்டு வர வாந்தி, மயக்கம், கிறுகிறுப்பு முதலிய பித்தத் தொடர்பான நோய்களெல்லாம் தீரும்.

குறிப்பு: எந்த மருந்தாலும் நிற்காத வாந்தியானது இந்த மருந்தால் நின்றுவிடும்; இன்னும் பித்த மருந்துகளான துருஞ்சிப் பழ மணப்பாகு, காடி மணப்பாகு, விளாம்பழ மணப்பாகு முதலியவைகளில் கலந்து கொடுக்கப் பித்த விகாரத்தால் ஏற்பட்ட நோய்களெல்லாம் தீரும்.

பழுத்த வில்வப்பழத்தின் சதையை எடுத்து 8 பங்கு நீரை விட்டுக் காய்ச்சி எட்டுக்கொன்று பாகமாகச் சுண்டினபின் இறக்கி இளஞ்சூட்டுடன் பிசைந்து வடிகட்டினக் குடிநீரில் (கியாழம்) குடிநீரின் எடை சீனாக் கற்கண்டைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பாகு செய்து பாகுபதத்தில் இறக்கி ஆறினபின் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். இந்த வில்வப்பழ

மணப்பாகு 3 முதல் 5 வராகன் எடை, இதில் மேற்படி சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொண்டுவரின் இரத்தக் கழிச்சல், இரத்தம் வடிதல், நீரில் இரத்தம் வருதல், மூலரத்தம் ஆகியவைகள் தீரும். பெருங்கழிச்சல் எத்தனை நாட்பட்டதாயினும் பெரும்பான்மையும் குணப்படும். மூலக்கிராணி, முலக்கழிச்சல் ஆகியவைகள் தீரும்.

கண்டங்கத்திரி இலை, துளசி இலை, தூதுவளை இலை ஆகிய மூன்றையும் சம எடையாகச் சேர்த்துப் பிட்டவித்துப் பிழிந்தசாறு 2 வராகனெடை, தேன் 2 வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படி சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொண்டு வரின் சயம் (இளைப்பு) காசம், இரைப்பு, மந்தாரகாசம் முதலிய கபத் தொடர்பான நோய்களெல்லாம் தீரும்.

ஜந்தியானாத்தூள் (Gention) 1 வராகனெடை, இதனை 2 பலம் கொதிக்கின்ற வெந்நீரில் போட்டு ஒரு மணி நேரம் மூடி வைத்துப் பிறகு அந்தக் குடிநீரை இறுத்துக் கொள்ள வேண்டும். தேன் 1 வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படி சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொண்டு வர இரைப்பைத் தொடர்பான எல்லா நோய்களும் தீரும்.

விண்ணப்பம்: இந்த மருந்தானது பெயருக்க ஏற்ப நோய்க்குத் தக்க துணைமருந்தில் உபயோகித்தால் பல கடின சாத்தியமான பிணிகளும் தீரும். பிரபலமான வைத்தியர் ஒவ்வொருவரிடத்திலும் இந்தச் சஞ்சீவியானது இருக்க வேண்டியது அவசியமாகும். அவசரமான காலங்களிலும் அபயாகரமான காலங்களிலும் இது பெருத்த உதவி புரிந்து இருக்கின்றது. இதன் அருமையும் பெருமையும்

இதனைக் கைபாகமாகச் செய்து அனுபவிப்பவர்களுக்குத் தெரியுமே ஒழிய மற்றவர்களுக்கு இதன் சிறந்த குணம் தெரிய வராது. பணச்செலவை எதிர்பாராமலும், கடினமான செய்முறை என்று பின்வாங்காமலும், இருப்பவர்களே இதனைச் செய்து இந்த உண்மைகளைத் தெரிந்து கொள்வார்களாக.

ஐந்தியானா என்பது பாரசீக நாட்டு மருந்து சரக்கு; இது மேல் நாட்டு *(All Opthani)* மருத்துவ முறைகளிலும் மிகுதியாக கைப்புச் செரிப்பியாகப் பயன்படுத்தப்படுகிறது.

32. வலிமை விருத்திச் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள், அமுக்கிராக் கிழங்குத் தூள் தனித்தனியே 8 குன்றிமணி எடையாக நிறுத்துக் கலந்து தேனில் அல்லது, நெய்யில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் செய்துவர இரத்தத் தூய்மை உண்டாகும். நாள்பட்ட சுரங்கள் தீரும். சுரந்தீர்ந்த பின்னால் உண்டாகும் வலியின்மை தீர்ந்து வலிமை ஏற்படும்.

33. கிருமி நீக்கும் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைச் சூரணம் 8 குன்றிமணி எடை, வாய்விளங்கச் சூரணம் 4 குன்றிமணி எடை, சிற்றாமணக் எண்ணெய் ½ முதல் 1 பலம், இவற்றைக் கலந்து காலையில் உட்கொள்ள வேண்டும். வயதிற்குத் தகுந்தபடி குறைத்தும், அதிகப்படுத்தியும் உட்கொள்ளலாம். இவ்விதம் தொடர்ச்சியாக சில நாள்கள் செய்யின் சிறு கிருமிகள். கீரிப் பூச்சி முதலியவைகள் நாசமாகி வெளிப்பட்டுப்போகும்.

34. குளிர்ச்சுர சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள் 8 குன்றிமணி எடை தேனில் சேர்த்துக் காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உட்கொள்ள குளிர்சுரம் முதலிய பல சுரங்கள் தீரும். இதனைச் சமயோசிதம் பால் நாளுக்கு மூன்று முறையும் உட்கொள்ளலாம்.

35. கப நீக்கிச் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள் 8 குன்றிமணி எடை, அரிசித் திப்பிலித் தூள் 4 குன்றிமணி எடை, தேன் 1 வராகனெடை இவற்றைக் கலந்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம், நாள் தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை உட்கொண்டால் கபக்கட்டு, இருமல் முதலிய கபத் தொடர்பான நோய்கள் தீரும்.

36. மூர்ச்சை வலிப்புச் சூரணம்

தூய்மை செய்து உலர்த்தி இடித்த வல்லாரைத் தூள் சங்கு புட்பி அல்லது வெள்ளறுகுத் தூள், கோட்டத் தூள் வசம்புத் தூள் (இதனைச் சுட்டெரித்துச் சாம்பலாக்கிக் கொள்ளவும்). ஏலரிசிச் சூரணம், இவை வகை ஒன்றுக்கு 1 பலம், இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து பீங்கான் பாண்டத்தில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: ¼ முதல் ½ வராகனெடை.

துணைமருந்து: தேன், நெய், வெண்ணெய் ஆகியவைகளாம். காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உட்கொள்ள வேண்டியது.

தீரும் நோய்கள்: காக்கைவலி, குதிரைவலி, குமர கண்டன் வலி முதலிய எல்லாவகை வலிப்பு நோய்களும் தீரும்.

மருந்துணவு: இரச சம்பந்தமான மருந்துகளைச் சேர்த்து உட்கொண்டால் உப்பு, புளி, புகை ஆகியவைகளை நீக்க வேண்டியது.

குறிப்பு: இத்துடன் இரச பற்பத்தை அல்லது இரசப் பதங்கத்தைச் சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் வெகு சீக்கிரம் மேற்கண்ட எல்லாவகை வலிப்பு நோய்களும் தீரும். இரச பற்ப முறைகள், இரசப்பதங்க முறைகள் ஆகியவை நமது "அனுபோக வைத்திய நவநீதத்தில்" சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. தேவையானவர்கள் அதைப் பார்த்துத் தங்களுக்கு விருப்பமானவைகளைச் செய்து கொள்ளலாம்.

37. பிரமியாதிப் பாவனைச் சூரணம்

அமுக்கிராக் கிழங்கு, கடுகுரோகணி, அஜ்மூதா ஓமம், கருப்புப்பு, நற்சீரகம், கருஞ்சீரகம், மேற்றோல் சீவின சுக்கு, கறிமிளகு, அரிசித்திப்பிலி, உலர்த்தின கையாந்தகரைச் சமூலம், உலர்த்தின சங்கு பூ, அல்லது வெள்ளறுகு, மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி, இவற்றைத் தனித்தனி இடித்தத் தூள் வகை ஒன்றுக்கு 5 வராகனெடை, வசம்பு 5½ பலம் (இதனைச் சுட்டெரித்துச் சாம்பலாக்கிக் கொள்ள வேண்டும்). வல்லாரைச்சாறு செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: மேற்கண்ட தூள்களை எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்தில் குவியலாகக் கொட்டி அது அமிழ்ந்திருக்கும் படியாக வல்லாரைச் சாற்றை விட்டு அரைக்க வேண்டியது. அந்தச் சாறு வற்றிவிட்டால் நிழலில் வைத்து உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டியது. மறுநாள் சுரண்டிப் பொடித்து முன்போல் குவியலாக வைத்து அது அமிழ்ந்திருக்கும்படி முன்போல் முன் சாற்றை விட்டு அரைத்து அது வற்றின

152-6—5

பின்பு நிழலில் வைத்து உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டியது. இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி இருபத்தொரு தடவை செய்ய வேண்டியது. எவ்வளவுக்கெவ்வளவு மேற்படி சாற்றை வற்ற வைக்கின்றோமோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு மேலான குணத்தைத் தரும். முடிவில், கொஞ்சமும் ஈரமில்லாமல் உலர்த்திப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: *½ முதல் 1 வராகனெடை.*

துணை மருந்து: தேன் 2 வராகனெடை, பசுவின் நெய் 2 வராகனெடை, இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படி சூரணத்தை அளவுப்படி சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டியது.

பயனும் தீரும் நோய்களும்: அறிவு அதிகப்படும்; அறிவு கூர்மையாகும்; புத்திசாதுரியம் உண்டாகும், தலை மூளை வலுப்படும், உடல்வன்மை, மனஊக்கம் முதலியவைகள் உண்டாகும். ஆயுள் விருத்திக்கு ஏதுவாகும், நினைவாற்றல் அதிகப்படும். மறதியைப் போக்கும், ஒரு தடவை நினைவுப்படுத்தினது மறந்து போகாமல் நிலைத்திருக்கும், உடற்கட்டழகு, சுறுசுறுப்பு முதலிய ஐசுவரியம் உண்டாகும்.

38. குன்மச் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள் 8 குன்றிமணி எடை, மேற்றோல் சீவின சுக்குத்தூள் 4 குன்றிமணி எடை, இந்துப்புத் தூள் 3 குன்றிமணி எடை, இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து தேனில் அல்லது நெய்யில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் நாள்தோறும்

இரண்டு அல்லது மூன்று வேளை செய்யின் வயிற்று வலி, செரியாமை ஆகியவை தீர்ந்து பசித்தீ உண்டாகும்.

39. அசுத்த ஆவி சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள், கொத்துமல்லி விதைத் தூள் 8 குன்றிமணி எடை, தனித்தனியாக எடுத்துக் கலந்து தேனில் குழைத்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம், நாள்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை உட்கொண்டுவரின் வயிற்றிலிருந்து எழும் அசுத்த ஆவி, அதனால் உண்டாகும் கிறுகிறுப்பு ஆகியவை தீரும்.

40. எருவாய்முளைச் சூரணம் (மூலம்)

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள் 8 குன்றிமணி எடை, மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் தூள், நெல்லிமுள்ளித் தூள் தனித்தனியே 8 குன்றிமணி எடையாக எடுத்துக் கலந்து நெய்யில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம், நாள்தோறும் இரண்டு அல்லது மூன்று தடவை செய்துவரின் மூலநோய், மூலக்கடுப்பு, இரத்த மூலம் ஆகியவைகள் தீரும்.

41. பித்தச் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத்தூள், நெல்லிமுள்ளித்தூள், உலர்த்தி இடித்த முசுமுசுக்கைத்தூள் இவை வகை ஒன்றுக்கும் 8 குன்றிமணி எடை, இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து நெய்யில் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும். இம்முறையில் நாள்தோறும் இரண்டு அல்லது, மூன்றுமுறை செய்துவரின், பித்தம், பித்தத்தால் உண்டாகும் மயக்கம், கிறுகிறுப்பு, கபநோய்கள் ஆகியவை தீரும்.

42. *வீரிய விருத்திச் சூரணம்

தூய்மை செய்து உலர்த்தி இடித்த வல்லாரைத்தூள் 8 பலம், உலர்த்தி இடித்த சங்குப்பூ அல்லது வெள்ளறுகுத்தூள், சீமைத் தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குத்தூள், சடாமாஞ்சில், ஆவாரம் பிசின், சீமை நீர்முள்ளிவிதை, சாலாமிசிரி, பூனைக்காலி விதை, குரோசானிஓமம், மூங்கிலுப்பு, மேற்றோல் சீவின சுக்கு, இவற்றைத் தனித்தனியே இடித்த தூள் வகை ஒன்றுக்கு 1 பலம் (35 கிராம்).

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்திலிட்டு ஒரு மணி நேரம் அரைத்துப் பளிங்கு மூடியுள்ள புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 2½ வராகனெடை.

துணை மருந்து: நெய், தேன், வெண்ணெய், பால், தயிர் முதலியவைகளாகும்.

தீரும் நோய்கள்: இந்திரிய ஒழுக்கு, இந்திரியக் கசிவு, மேக ஒழுக்கு முதலியவைகள் நீங்கி உடல்வன்மை, தாதுப் பெருக்கம் ஆகியவை உண்டாகும். கனவு ஒழுக்கு (சொப்பனஸ்கலிதம்) நீங்கும் வீரியப் பெருக்கு உண்டாகும்.

43. அகத்தியர் வல்லாரைச் சூரணம்

தூய்மை செய்த வல்லாரைத் தூள் 10 பலம், இலவங்கம், ஏலரிசி, சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, மாசக்காய், தாளிசப்பத்திரி, மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய் தோல், நெல்லி முள்ளி ஆகியவற்றைத் தனித்தனியே இளவறுப்பாக வறுத்து தனித்தனியே இடித்துத் துணியில் வடிகட்டிய தூள் வகை ஒன்றுக்கு 1 பலம், நாட்டுச் சர்க்கரை 20 பலம்.

---

*வீரிய விருத்தி = ஆண் தன்மை மிக்க உண்டாதல் என்பது பொருள்.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாக கலந்து கல்வத்தில் அல்லது அம்மியில் வைத்து இரண்டு அல்லது மூன்று மணி நேரம் அரைத்துப் பீங்கான் பாண்டத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 ¼ முதல் 1½ வராகனெடை, காலை மாலை இருவேளையும் உபயோகிக்கலாம்.

துணை மருந்து: நெய், வெண்ணெய், பாலேடு, மணப்பாகு வகைகள் முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: மேக வகைகளெல்லாம் தீரும். உடலின் காந்தல், கையெரிவு, காலெரிவு, கண்ணெரிவு, கண்புகைச்சல், வயிற்றெரிச்சல், ஈரல் எரிச்சல், நெஞ் செரிச்சல், பிரமிய நோய்கள், கிரந்தி வகைகள், வெப்ப நோய்கள், நீரருகல், நீரெரிச்சல், பிரமேகம், மூலச்சூடு, பித்தச்சூடு, நீர்ச்சூடு, மது மேகம், தந்தி மேகம், சயநோய் (இளைப்பு) ஆகியவைகளும், வெப்பத் தொடர்பான எல்லா நோய்களும் தீரும். உடல் குளிர்ச்சி அடையும்.

குறிப்பு: இந்தச் சூரணத்தோடு அப்பிரேகப் பற்பத்தை அல்லது, அப்பிரேகச் செந்தூரத்தைச் சேர்த்து உட்கொண்டு வரின் மேற்கண்ட நோய்கள் நாள்பட்டவைகளாயினும் அல்லது, அதிகக் கடினமானவைகளும் வெகு விரைவில் தீரும். அப்பிரேகப் பற்ப செந்தூர முறைகளெல்லாம் நமது அனுபோக வைத்திய நவநீதத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன.

மருந்துணவு: நோய் வன்மை, உடல்வன்மை ஆகியவை களுக்குத் தகுந்தபடி இலகு பத்தியமாகவும், கடின பத்தியமாகவும் ஏற்படுத்த வேண்டியது.

44. திரிமூர்த்தித் திராவகம்

வல்லாரை இலை 20 பலம், மருதோன்றிப்பூ 20 பலம், வேப்பம்பூ 20 பலம், தண்ணீர் 6 படி இவை எல்லாவற்றையும் வாலையிலிட்டு முறைப்படி நான்கு புட்டி திராவகம் இறக்கிக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 பலம் வரை.

துணை மருந்து: பசுவின் பால்.

தீரும் நோய்கள்: மேக நோய்கள், புண்கள் முதலிய மேகத் தொடர்பான நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: புளி, புகை இவற்றை நீக்க வேண்டியது.

45. வித்தியாபரணி திராவகம்

வல்லாரை இலை 1 வீசை, தண்ணீர் 4 படி.

செய்முறை: இவ்விரண்டையும் வாலையிலிட்டு முறைப்படி திராவகம் இறக்கிக் கொள்ளவும்.

அளவு: 5 முதல் 6 வராகனெடை.

துணை மருந்து: இதனை அரை ஆழாக்குப் பசுவின் பாலில் கலந்து பருகச் செய்ய வேண்டியது. அல்லது, திராவகத்தை முன்னர் உட்கொண்டு அதன்மேல் தேவையான அளவு பாலைப் பருகச் செய்யலாம். இது எளிதான வழிமுறை, காலை, மாலை இரு வேளையும் பருகச் செய்யலாம். அல்லது, காலையில் ஒரு வேளை மட்டும் பருகச் செய்யலாம்.

தீரும் நோய்கள்: தலைமூளையைப் பலப்படுத்தும், உடைந்துபோன குரலோசையைச் சீர்படுத்தும், நினைவாற்றலை மிகுதிப்படுத்தும்.

46. *அருளாதித் திராவகம்

வல்லாரை இலை 25 பலம், பொன்முசுட்டை இலை 25 பலம், (875 கிராம்) கட்டுக் கொடியிலை 25 பலம், தண்ணீர் 8 படி.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் வாலையிலிட்டு முறைப்படி திராவகம் இறக்கிக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 பலம்.

துணை மருந்து: பால்

தீரும் நோய்கள்: மதுமேகம், நீரிழிவு, மிகுநீர்வேட்கை முதலிய நீர்சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும்.

47. இந்திராதி திராவகம்

வல்லாரையிலை, வசம்பிலை, சங்குப்பூ, அல்லது வெள்ளறுகு இலை. மேற்சருகு நீக்கின சீத்தில்கொடி (இதனைச் சிதைத்துக் கொள்ள வேண்டும்). இவை வகை ஒன்றுக்கு 20 பலம், தண்ணீர் 8 படி.

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் ஒரு நாள் ஊற வைத்து மறுநாள் வாலையிலிட்டு முறைப்படி திராவகம் இறக்கிக் கொள்ளவும்.

---

*வித்தியாபரணி கல்வி, கலை ஆகியவற்றை அணிகலனாக உடையவள் என்பது பொருள். இது சரசுவதியைக் குறிக்கும். வல்லாரைக்குச் சரசுவதி என்றும் ஒரு பெயருண்டு.

அளவு: *5 முதல் 10 வராகனெடை.*

துணை மருந்து: *பசுவின் பால், மணப்பாகு வகைகள்.*

தீரும் நோய்கள்: *இந்திரிய ஒழுக்கு, பிரமேகம் ஆகியவைகள் தீரும். நீர்த்தாரை அழலை ஆகியவைகள் சாந்தப்படும். நினைவாற்றல் அதிகப்படும். தலை, மூளை, இருதயம் ஆகியவைகளைப் பலப்படுத்தும்; சுரங்களும் தீரும்.*

48. இரத்தமாசு நீக்கும் திராவகம்

வல்லாரைச் சமூலம், அவுரிவேர், தூர இலை, வேப்ப மரப்பட்டை இவை வகை ஒன்றுக்குப் 10 பலம், நூக்கமரப் பட்டை, நிலவேம்பு, நன்னாரிவேர், தூய்மை செய்த சிவதைவேர், மேல்சருகை நீக்கின சீந்தில்கொடி, இவை வகை ஒன்றுக்கு 5 பலம், தண்ணீர் 8 படி.

செய்முறை: *இவை எல்லாவற்றையும் தண்ணீர் போட்டு ஒர நாள் ஊறவைக்க வேண்டியது; வேர் வகைகளை நையச் சிதைத்துப் போட வேண்டியது; மறுநாள் வாலையிலிட்டு முறைப்படி திராவகம் இறக்கிக் கொள்ள வேண்டியது.*

அளவு: *3 முதல் 5 வராகனெடை.*

துணை மருந்து:— தேன், மணப்பாகு வகைகள், பால் முதலியவை ஆகும்.

தீரும் நோய்கள்: *இரத்தத்திலுள்ள குற்றத்தை நீக்கி அதைத் தூய்மை செய்யும் இரத்தத்தைத் தூய்மை செய்வதில் இது மிகவும் சிறந்தது. கிரந்தியில் உண்டான புண்கள், படைகள், சிரங்குகள் முதலிய நோய்கள் தீரும்.*

மருந்துணவு: *உப்பை நீக்கி இதனை உட்கொண்டால் நோய்கள் வெகு விரைவில் குணப்படும். நெய், பால் ஆகியவைகளை மிகுதியாகச் சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். புளி, புளிப்புப் பொருள்கள் ஆகியவைகளை குறைவாக சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டியது. புளிக்குப் பதிலாக எலுமிச்சம் பழத்தைச் சேர்த்துக் கொள்வது நல்லது.*

49. கிருபா கடாட்சத் திராவகம்

வல்லாரை, பொடுதலை, வேப்பம்பட்டை, வேப்பம்பூ, வேப்பிலை இவை வகை ஒன்றுக்கு 20 பலம், தண்ணீர் 16 படி.

செய்முறை: *இவை எல்லாவற்றையும் வாலையிலிட்டு முறைப்படி திராவகம் இறக்கி கொள்ளவும்.*

அளவு: *1 முதல் 20 துளிகள் வரையில் உடல் வன்மைக் கேற்றபடி கூட்டியும், குறைத்தும் உட்கொள்ளவும்.*

துணை மருந்து: *பசுவின் பால்.*

தீரும் நோய்கள்: *குட்டம், கிரந்திநோய், பிரமேகம், வெட்டை ஆகியவை தீரும். இரத்தத்திலுள்ள குற்றங்கள் தீர்ந்து அது தூய்மையாகும்; படை சொறி முதலிய நோய்கள் தீர்ந்து குணப்படும்.*

50. பொதிகை வல்லாரை நெய்

(அ) வல்லாரைச்சாறு ½ படி, பொன்னாங்கண்ணிச்சாறு ½ படி, பொடுதலைச்சாறு ½ படி, எலுமிச்சம்பழச்சாறு ¼ படி, பசுவின் நெய் 1 படி, பசுவின் பால் 1 படி.

---

*கற்கடக சிங்கி இச்சரக்கைச் சிலர் கடுக்காய்ப்பூ என்றும் கூறுவர். இச்சரக்குக்கும் கடுக்காய் மரத்துக்கும் யாதொரு சம்பந்தமும் இல்லை என்பது சில ஆராய்ச்சியாளர் கருத்து.

(ஆ) சாதிக்காய், சாதிப்பத்திரி, மாசக்காய், *கற்கடகசிங்கி அதாவது பிஞ்சுக் கடுக்காய்) காட்டாத்திப்பூ, மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், மிளகு, ஏலரிசி, இலவங்கம், அதிமதுரம் இலை வகை ஒன்றுக்கு 2½ வராகனெடை.

(இ) சீனிசர்க்கரை 2 பலம்.

செய்முறை: (அ)விலுள்ள திரவங்களை எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்துகொள்ளவும் (ஆ)விலுள்ள சரக்குகளை எல்லாம் ஒன்றாக இடித்துத் தூள் செய்து அம்மியில் வைத்துப் பசுவின் பாலைச் சிறுகச் சிறுகத் தெளித்து வெண்ணெய்போல் அரைத்து முன் சித்தப்படுத்தினதில் கரைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி (இ) விலுள்ள சீனிச்சர்க்கரையை அதில் போட்டுக் கலக்கி சாடியில் அடைத்து வாய்க்கட்டுச் செய்து வாயைத் தக்க மூடியால் மூடி உளுத்தமாவு சீலை செய்து உலர்ந்தபின் அரை மண்டலம் இருபது நாள்கள் தானியப் புடம் வைத்து எடுத்து உபயோகிக்கவும்.

அளவு: 2½ முதல் 5 வராகனெடை.

துணை மருந்து: சீனிச்சர்க்கரை, பொரியரிசிமாவு, மணப்பாகு வகைகள் ஆகியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: மேகத்தடிப்பு, கிரந்திப் புண்கள், இலிங்கப்புற்று, அல்குல்புற்று, குட்டம், குறைநோய், மதுமேகம் ஆகியவை தீரும். பிரமேகங்கள், பிரமிய நோய்கள், ஒழுக்கு நோய்கள் ஆகியவைகளும் தீரும். சூலை, சொறி, சிரங்கு, நாவைப் பற்றின நோய்கள். ஆண்குறியெரிச்சல், நீரெரிச்சல், என்புநோய் ஆகியவை தீர்வதோடு உடலிலுள்ள வெப்பமெல்லாம் தீர்ந்து உடல் குளிர்ச்சியடையும்.

மருந்துணவு: நோய்வன்மை, உடல்வன்மை, ஆகியவை களுக்குத் தகுந்தபடி பத்தியம் ஏற்படுத்த வேண்டியது.

குறிப்பு: இந்நெய்யுடன் இரச பற்பத்தை அல்லது இரசப் பதங்கத்தைச் சேர்த்து உட்கொண்டால் மேற்கண்ட நோய்கள் நாட்பட்டவைகளாயினும், மிக்க கடினமானவைகளாயினும் அதிக விரைவில் தீரும். இந்த இரச பற்பத்தின் முறைகள் எல்லாம் நமது ***அனுபோக வைத்திய நவநீதத்தில்*** சொல்லப் பட்டிருக்கின்றன.

51. வாணி வல்லாரை நெய்

வல்லாரைச்சாறு 4 படி, ஒரே நிறமான பசுவின் நெய் 1 படி, கடுகுரோகணி, வசம்பு, உலர்த்தின சங்குப்பூ, அல்லது வெள்ளறுகு இவை வகைக்குப் 10 பலம் (350 கிராம்).

செய்முறை: பின்கண்ட மூன்று சரக்குகளையும் ஆறுபடி தண்ணீரில் போட்டு எட்டிலொரு பாகமாகச் சுண்ட வைத்து இறக்கி இளஞ்சூட்டுடன் பிசைந்து வடிகட்டின குடிநீரையும், முன்னிரண்டு திரவங்களையும் கலந்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாக எரித்து நீர் சுண்டிக் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிப் புட்டியில் அடைத்து 10 நாள் தானியப் புடம் வைத்துப் பின்பு உட்கொள்ளலாம்.

அளவு: 3 முதல் 5 வராகனெடை.

துணைமருந்து: சர்க்கரை, தேன், மணப்பாகு முதலியவை களாகும்.

தீரும் நோய்கள்: காக்கைவலி முதலிய வலிப்பு நோய்களைக் கண்டிப்பதில் இது மிகவும் பயனுள்ளது.

மேலும், நினைவாற்றலைப் பெருக்குவதில் இது மிகவும் பயன்படுகிறது. தலை மூளையைப் பலப்படுத்தும்; மறதி நோயை நாசமாக்கும்; உடல் வலிமையைக் கொடுக்கும்.

52. கிருமி நீக்கம் நெய்

(அ) வல்லாரைத் தனிச்சாறு 2 படி, பசுவின் நெய் 1 படி.

(ஆ) வாய்விளங்கம் 6 பலம், வசம்பு 3 பலம், (இதனைச் சுட்டெடுத்துச் சாம்பலாக்கிக் கொள்ளவும்). தூய்மை செய்த சிவதை வேர் 3 பலம், மஞ்சட் கடுக்காய்த் தோல், தான்றிக்காய்த் தோல், நெல்லிமுள்ளி, இவை வகை ஒன்றுக்கு 3 பலம்.

செய்முறை: *(ஆ)விலுள்ளவைகளை நன்றாகச் சிதைத்து ஒரு பாண்டத்தில் போட்டு நான்கு படி தண்ணீரை விட்டுக் காய்ச்சி ஒரு படியாகச் சுண்ட வைத்து இறக்கி வடிகட்டினக் குடிநீருடன் (அ)விலுள்ள திரவங்களையும், சேர்த்துக் காய்ச்சிக் கடுகு திரள் பதத்தில் இறக்கி கடுகுடன் பீங்கான் பாண்டத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும்.*

அளவு: கடுகுடன் ¼ பலம் ¾ பலம் வரை.

துணை மருந்து: *சீனிச்சர்க்கரை, தேன், பன்னீர் மணப்பாகு, ரோசாப்பூ மணப்பாகு முதலியவைகளாம்.*

தீரும் நோய்கள்: வயிற்றிலுள்ள கிருமிகள் எல்லாம் *வெளிப்பட்டுப்போகும். பல தொற்று நோய்களுக்குக் காரணமாகிய கண்ணுக்குத் தோற்றாத நச்சுக்கிருமிகள்* எல்லாம் வேர்வை மூலமாகவும், மூத்திரத்தின் மூலமாகவும், மலத்தின் மூலமாகவும், வெளிப்பட்டுப் போகும். இன்னும்,

உடலிலுள்ள அசுத்த நீர்களெல்லாம் வெளிப்பட்டு உடல் தூய்மை, காய சித்தி முதலியவைகள் உண்டாகும். ஆயுள் பெருகும். நரை திரை மாறும். இளமை நிலைத்திருக்க ஏதுவாகும். பெருநோய், வெண்குட்டம், கருங்குட்டம், முதலியக் குட்டங்கள். பைத்திய நோய், வெறி, பலவகை நச்சுக் குற்றங்கள், பூத தோடங்கள், கிரகதோடங்கள் முதலிய எல்லாவகை நோய்களும் தீரும்.

குறிப்பு: இவை எல்லாவற்றையும் கலந்து, நெய்ப்பசையான பாண்டத்தில் வைத்துக்கொண்டு பயன்படுத்த வேண்டுமென மூலச்சுவடியில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. ஆனால், இப்படிச் செய்தால் சீக்கிரம் இம்மருந்து புளிப்பேறிக் கெட்டுப் போகும். தவிர, அவ்வளவாய்ச் சிறந்த குணமும் காணப்படவில்லை. ஆனால், மேற்கண்ட விதமாகக் காய்ச்சிக் கடுகுடன் உபயோகிப்பதால் அநேக நாள் கெட்டுப் போகமாலிருப்பதுடன் சிறந்த குணத்தையும் கொடுக்கும். இவ்விதம், பல முறைகள் செய்து அனுபோகச் சித்தமாய் உறுதி செய்யப்பட்டிருக்கின்றது. நாம் எமது அனுபவப்படி இங்கு எழுதி இருக்கின்றோம்.

53. கௌரி வல்லாரை நோய்

(அ) வல்லாரைச்சாறு, பசுவின் பால் இவை வகை ஒன்றுக்குப் படி இரண்டு. செவ்விளநீர், பசுநெய் இவை வகையொன்றுக்கு படி ஒன்று.

(ஆ) நெய்ச்சட்டிச்சாறு ½ படி, அதிமதுரம், கோட்டம், செங்கழுநீர்க்கிழங்கு, பச்சைக் கற்பூரம், கோரோசனை இவை வகைக்கு 3 வராகனெடை.

செய்முறை: (ஆ) விலுள்ளவைகளில் முன் மூன்று சரக்குகளையும் இடித்துத் தூள் செய்துப் பசுவின் பாலால் வெண்ணெய் போல் அரைத்து (அ) விலுள்ள திரவங்களை எல்லாம் ஒன்றாக கலந்து அதில் கரைத்து அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்துக் கடுகு திரள பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி ஒரு சாடியில் விட்டு, (ஆ)விற் சொல்லியிருக்கிற பச்சைக் கற்பூரத்தையும் கோரோசனையையும் தனித்தனிப் பொடித்து, முன் சித்தப்படுத்தி இருக்கின்ற நெய்யின் மீது தூவி வாய்க்கட்டு கட்டி இரண்டொரு வாரம் தானியப்புடம் வைத்தெடுத்துப் பிறகு உபயோகிக்க வேண்டும்.

அளவு: 3 முதல் 5 வராகனெடை.

துணை மருந்து: சீனிச்சர்க்கரை, மணப்பாகுகள், தாழம்பூ திராவகம், காவுஜூபான் திராவகம் முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: ஈளை, இருமல், தொண்டைக்கம்மல், சிறு நச்சுக்கடி, உடம்பின் காந்தல், நாவறட்சி ஆகியவை தீரும், சயம், இளைப்பு, கபத்தொடர்பான நோய்கள் முதலியவைகளும் குணப்படும். இரத்தத் தூய்மை, உண்டாகி உடல் வலுப்படும்.

மருந்துணவு: குளிர்ச்சி தரும் காய்கறிகள், மிக வெப்பந் தரும் காய்கறிகள், தத்தம் உடலிற்கு ஒவ்வாத காய்கறிகள் ஆகியவைகளை நீக்க வேண்டியது. இன்னும் காலத்திற்கேற்ற உணவுகளை ஏற்படுத்த வேண்டியது. செரிப்புத்திறன் இருந்தால் சத்துள்ள காய்கறிகளையும், கிச்சடிச் சோறு முதலியவைகளையும் உட்கொள்ளலாம். செரிப்புத்திறன் குறைவாய் இருந்தால் பால் கஞ்சி, பால் பாயாசம் முதலியவை போன்ற பாயசங்களை உபயோகிக்க

வேண்டியது. பழக்கப்பயிற்சியில் இச்செய்திகளை ஒவ்வொருவரும் தாமே தெரிந்து கொள்ளலாம்.

54. சுரச வல்லாரை நெய்

(அ) வல்லாரைச் சமூலத்தை வேற்றினம் இல்லாமல் ஆராய்ந்து நீரில் போட்டுக் கழுவி எடுத்துத் தண்ணீர் வடியும் படியாக ஒரு கூடையிலிட்டு வைத்துத் தண்ணீர் எல்லாம் நன்றாக வடிந்தபின்பு உரலிலிட்டு இடித்துப் பிழிந்த சாறு 2 படி. பசுவின் நெய் ½ படி.

(ஆ) கறிமஞ்சள், நெல்லிமுள்ளி, கடுகுரோகணி, தூய்மை செய்த சிவதைவேர், மஞ்சள் கடுக்காய்த் தோல் இவை வகைக்கு 12 வராகனெடை அரிசித் திப்பிலி, வாய்விளங்கம் இவை வகைக்கு 3 வராகனெடை.

செய்முறை: (அ) விலுள்ள சாற்றையும், நெய்யையும் கலந்து அடுப்பில் ஏற்றவும், (ஆ) விலுள்ளவைகளை நையச் சிதைத்து ஒரு பாண்டத்தில் இட்டு இரண்டுபடி தண்ணீரை விட்டுக் காய்ச்சி அரைப்படியாகச் சுண்டவைத்து இறக்கி வடிகட்டிய குடிநீரை முன் சித்தப்படித் தினத்தில் கலந்து விடவும், பின்பு, தீயை மெதுவாக எரித்து நீர் எல்லாம் சுண்டிக் கடுகு திரள் பதத்திலிறக்கிக் கம்பளியில் வடிகட்டி (இ) யிலுள்ளவைகளைப் பொடித்துத் தூவிப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1½ முதல் 10 வராகனெடை வரையில் உடலியல்பிற்கு ஏற்றபடி பயன்படுத்த வேண்டும்.

துணைமருந்து: சர்க்கரை, பாலேடு, பால் ஆகியவைகளுடன் சேர்த்து உட்கொள்ள வேண்டும்.

தீரும் நோய்கள்: குரலோசை இனிமையாகும். நினைவாற்றல் மிதமிஞ்சின விதமாய்ப் பெருகிவிடும். பதினெட்டுவகைக் குட்டங்கள், ஆறுவகை எருவாய் நோய்கள், ஐந்துவகை வயிற்றுக் கட்டிகள், பலவகை ஒழுக்கு நோய்கள் தீரும். பலவகை இருமல்கள் முதலிய பல நோய்கள் தீரும். மலடி இதனை சாப்பிட்டு வந்தால் கருப்பம் தரித்து பிள்ளைப்பேறு உண்டாகும். உடல் நிறம் மாறிக் கவர்ச்சி உண்டாகும். ஆண் மலடும் தீரும். இன்னும் இதைப் பற்றிப் பல நூல்களில் மிக விரிவாக எழுதப்பட்டிருக்கிறது. அதைச் சுருக்கி கூறின் உடல் கவர்ச்சி, உடல் வலிமை, குரலோசை, மூளைவன்மை ஆகியவைகளைப் பெருக்க விரும்புகின்றவர்கள் இதனை அடிக்கடி உட்கொண்டு வரவேண்டும்.

55. சரசுவதி நெய்

வல்லாரை இலை 50 பலம், சுட்டெரித்த வசம்புச்சாம்பல், சங்குப் பூ அல்லது வெள்ளறுகு, நல்வேளைச் சமூலம், வெள்ளைக் குன்றிமணி வேர்ப்பட்டை அல்லது அதிமதுரம், சீமைத் தண்ணீர் விட்டான் கிழங்கு, மேல்சருகு நீக்கின சீந்திற்கொடி இவை வகைக்கு 10 பலம், தண்ணீர் 16 படி, பசுவின் நெய், வெள்ளாட்டுப்பால் அல்லது பசுவின் பால் ½ படி.

செய்முறை: மேற்கண்டவைகளில் நெய், பால் ஆகியவை களைத் தவிர மற்றவைகளை நையச் சிதைத்து மேற்படி தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி எட்டில் ஒரு பாகமாகச் சுண்ட வைத்து, இறக்கி வடிகட்டி மேற்படி நெய்யையும் பாலையும் சேர்த்துக் காய்ச்சி நீர் சுண்டினபின் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி ஆறினபின் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: *1½ முதல் 3 வராகனெடை.*

துணை மருந்து: *சர்க்கரை, கற்கண்டுத்தூள், பாலேடு வெண்ணெய், தேன், இளநீர், மணப்பாகுகள் முதலியவை களாம்.*

தீரும் நோய்கள்: *நினைவாற்றல் பெருகும், மறதி நோய் தீரும். அசதி, சோம்பல் ஆகியவைகள் நீங்கிச் சுறுசுறுப்பு உண்டாகும். இதனைத் தொடர்ச்சியாக உட்கொண்டு வந்தால் ஒரு நாளில் நூற்றுக்கணக்கானப் பாடல்களை மனனம் செய்யும்படியான ஆற்றல் உண்டாகும். சரசுவதி அருள் கிட்டுமெனவும் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது.*

56. யோக வல்லாரை நெய்

(அ) வல்லாரைச்சாறு, பசுவின் பால் இவை வகைக்கு 1 படி, நெய், இளநீர் இவை வகைக்கு 2 படி, சீதேவி செங்கழுநீர் என்னும் நெய்ச்சட்டிச்சாறு 1 படி.

(ஆ) மூக்குரட்டைவேர், சிவதைவேர், கீழ்க்காய்நெல்லிவேர், கருஞ்சீரகம், நற்சீரகம், மேற்றோல் சீவிய சுக்கு, மிளகு, அரிசித் திப்பிலி இவை வகைக்கு 2½ வராகனெடை.

செய்முறை: *(அ)விலுள்ள திரவங்களை ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். (ஆ)விலுள்ளவைகளை இடித்துத் தூள் செய்து பால் விட்டு அரைத்து முன் சித்தப்படுத்தினதில் கரைத்து மூன்று நாள் இளஞ்சூடு காட்டி வந்து நான்காம் நாள் மெதுவாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும். தானியப் புடம் வைப்பது நல்லது.*

அளவு: *2½ முதல் 5 வராகனெடை.*

துணை மருந்து: சர்க்கரை, தேன், மணப்பாகு வகைகள் முதலியவைகளாகும்.

தீரும் நோய்கள்: திமிரோடு கூடிய குட்டம், சுரம், மேகப் படை, சரும நோய்கள் முதலிய நோய்கள் தீரும். புண் புரை, கண்டமாலை ஆகியவைகளும் தீரும்.

57. பிரம்மியாதி குடிநெய் (தைலம்)

வல்லாரைச்சாறு 4 பலம் (140 கிராம்), கரிசலாங்கண்ணிச் சாறு 3 பலம் (105 கிராம்), வெங்காயச்சாறு 3 பலம் (105 கிராம்), தண்ணீர் விட்டு நைய அரைத்துப் பிழிந்த முடக்கொத்தானிலைச் சாறு 6 பலம் (210 கிராம்), இலவங்கத்தூள், சோம்புத்தூள் இவை வகை ஒன்றுக்கு 2 வராகனெடை (7 கிராம்), தூய்மை செய்தரைத்த நேர்வாளம், ஏலரிசித்தூள், இவை வகைக்கு 1 வராகனெடை (3½ கிராம்), சிற்றாமணக்கெண்ணெய் 20 பலம் (700 கிராம்).

செய்முறை: இவை எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து அடுப்பேற்றிச் சிறுதீயாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிச் சாடியில் விட்டு வாய்கட்டி ஒருவாரம் தானியப்புடம் வைத்து உட்கொள்ள வேண்டியது. 1 வராகன் எடை (3½ கிராம்), கோரோசனையையும் 1 வராகனெடை (3½ கிராம்), குங்குமப் பூவையும் அரைத்துத் தூள் செய்து மேற்படி எண்ணெயில் கலக்கி உட்கொண்டால் சிறப்புக் குணமுண்டாகும்.

அளவு: ½ முதல் 1½ வராகனெடை.

துணை மருந்து: சோம்புத் தீநீர், சுக்குக் குடிநீர், இளநீர் முதலியவைகளாகும்.

தீரும் நோய்கள்: வாதநோய்கள், திமிர்க்குட்டம், கிரந்திப் புண்கள், படைகள், புள்ளிகள், முதலிய சரும நோய்கள், மூலநோய்கள், கபநோய்கள், சுரங்கள், உட்சூடு ஆகியவை தீரும்.

58. பால வல்லாரை நெய்

வல்லாரைச்சாறு ¼ படி, பசுவின் நெய் ¼ படி, நற்சீரகம், ½ பலம். (17½ கிராம்) கற்கண்டுத்தூள் 2½ பலம் (87½ கிராம்).

செய்முறை: முன்னிரண்டு திரவத்தையும் கலந்து சீரகத்தை அம்மியில் வைத்துப் பால்விட்டு வெண்ணெய்போல் அரைத்து மேற்படி நெய்யில் கலக்கி அடுப்பில் வைத்துச் சிறு தீயாக எரித்துக் கடுகுதிரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிக் கற்கண்டைத் தூள் செய்து அதில் போட்டுக் கலக்கி வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: 1 முதல் 1¼ வராகனெடை, வயதிற்குத் தக்கபடி குழந்தைகட்குக் கொடுக்கவும்.

தீரும் நோய்கள்: குழந்தைகளுக்கு உண்டாகும் வயிற்றுக் கடுப்பு, நிணக்கழிச்சல், குருதிக்கழிச்சல் முதலியவைகள் குணப்படும், மாந்தம், செரியாமை, வயிற்றுப் பொருமல் முதலிய குழந்தை நோய்கள் தீரும்.

59. வல்லாரை மணப்பாகு

வல்லாரைச்சாறு ¼ படி, சர்க்கரை 10 பலம் (350 கிராம்). பசுவின் பால் ¼ படி, மூங்கிலுப்புத் தூள் 2 வராகனெடை (7 கிராம்), சீந்தில் சர்க்கரை 2 வராகனெடை (7 கிராம்).

செய்முறை: முன் மூன்றையும் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பாகு பதத்தில் இறக்கிப் பின்கண்ட இரண்டு பொருள்களையும் தூவி ஒன்றாகக் கலந்து புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 வராகனெடை.

தீரும் நோய்கள்: என்புசூடு, என்புசுரம், வெட்டைச்சூடு முதலியவைகள் தீரும். இரத்தத் தூய்மை உண்டாகும்.

60. வல்லாரை மணப்பாகு (வேறு)

பசுவின் பால் 1 படி, தண்ணீர் ½ படி இவ்விரண்டையும் கலந்து வாயகன்ற ஒரு பானையில் விட்டு வேடுகட்டி, அதன் மீது 20 பலம் (700 கிராம்), வல்லாரை இலையை வைத்து மேற்சட்டி மூடிப் பிட்டவியலாக அவித்து நன்றாக வெந்த பதத்தில் இறக்கிப் பிழிந்தசாறு ஒரு பங்கு, சர்க்கரை இவ்விரண்டையும் கலந்து காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில் இறக்கிப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 3 முதல் 5 வராகனெடை.

தீரும் நோய்கள்: வெட்டைச்சூடு, பிரமேகம், நீரெரிச்சல், நீரருகல் ஆகியவை தீரும். பிரமேகம் நாட்பட்டதாயிருந்தால் வால்மிளகைத் தூள் செய்து நான்கு குன்றிமணி எடை கலந்து கொடுக்கவும்.

61. வீரியவிருத்தி வல்லாரை இளகம்

பாலில் அவித்து உலர்த்தி இடித்த வல்லாரைத் தூள், மேற்றோல் நீக்கின வாதுமைப் பருப்பு, மேற்றோல் நீக்கின அக்ரோட்டுப் பருப்பு இவை வகைக்கு 3 பலம் (105 கிராம்), ஏலரிசி 1½ பலம் (52½ கிராம்), மிளகு 3 வராகனெடை (10½ கிராம்). சர்க்கரை 12 பலம் (420 கிராம்).

செய்முறை: மேற்கண்ட சரக்குகளைத் தனித்தனியே தூள் செய்து துணியில் வடிகட்டிக் கொள்ளவும். பருப்பினங்களை அம்மியில் வைத்து வெண்ணெய்போல் அரைத்துக் கொள்ளவும். சர்க்கரையைப் பாகு செய்து பாகுபதத்தில் மேற்கண்ட எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகக் கலந்து சிறுகச் சிறுகப் போட்டுச் சந்தனமத்தால் கடைந்து இளகப்பதத்தில் இறக்கிப் பீங்கான் தாழியில் (ஜாடி) பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: *1½ - 1½ வராகனெடை இதனை உட்கொண்டு இதன் மேல் செரிப்புத் திறனுக்கு ஏற்றாற்போல் காய்ச்சிக் கற்கண்டிட்ட பாலைப் பருகச் செய்ய வேண்டும்.*

தீரும் நோய்கள்: தலைமூளையைப் பலப்படுத்தும், நினைவாற்றலை மிகப்படுத்தும், மறதிநோயைப் போக்கும். குரல் கம்மல், தொண்டைக்கட்டு ஆகியவைகளைப் போக்கிக் குரலோசையைச் சீர்படுத்தும். இரத்தத்தைத் தூய்மை செய்யும். ஆண்மையைக் கொடுக்கும். இரத்தத்தைப் பெருக்கம், உடலை வலிமைப்படுத்தும், உற்சாகத்தை உண்டாக்கும்.

62. தன்வந்திரி சொர்ண இளகம்

(அ) வல்லாரைச் சமூலத்தை நன்னாளில் பிடுங்கி 5 பலம் (175 கிராம்), நிறுத்தெடுத்து வேறு இன இலைகளில்லாமல் ஆய்ந்து தூய்மை செய்து கொள்ள வேண்டும். காவுஜ ஃபான்பூ அல்லது சம்பரத்தம்பூ 13 பலம் (455 கிராம்) விரலி மஞ்சள், கறிமஞ்சள் பூமிசர்க்கரைக் கிழங்கு, மஞ்சள்கடுக்காய்த் தோல், விலாமிச்சை வேர், மேற்றோல் சீவின இஞ்சி, சோம்பு இவை வகைக்குப் 1¼ பலம் (43¾ கிராம்).

(ஆ) தேன் 28 பலம் (980 கிராம்), கற்கண்டு 7 பலம் (245 கிராம்).

(இ) இரேணுகம், தூய்மை செய்த சிவதைவேர், அரிசித் திப்பிலி, இலவங்கம், சுட்டெரித்த வசம்புச்சாம்பல், கோட்டம், அமுக்குராக் கிழங்கு, தான்றிக்காய்த் தோல், தூய்மை செய்த சீந்தில், ஏலரிசி, வாய்விளங்கம், இலவங்கப் பட்டை இவை வகைக்குப் ¼ பலம் (8¾ கிராம்), இவற்றை இடித்துத் தூள் செய்து துணியில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.

(ஈ) பொன்ரேக்கு 6 வராகனெடை (21 கிராம்).

செய்முறை: (அ) விலுள்ளவைகளைச் சிதைத்துப் பன்னிரண்டுபடி, தண்ணீரில் போட்டு அடுப்பேற்றிச் சிறு தீயாக எரித்து எட்டிலொரு பாகமாகச் சுண்டின பின்னிறக்கிப் பிசைந்து வடிகட்டின குடிநீருடன், (ஆ) விலுள்ளவைகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில் வடிகட்டி, இளஞ்சூடாக இருக்கையில், (ஈ) யிலுள்ள தங்கரேக்கை ஒவ்வொன்றாகப் போட்டுக் கலந்து (இ)யிலுள்ள தூளையுங் கலந்து இளகபதத்தில் ஒரு பொன் பாண்டத்தில் போட்டு மூடி வாய்க்கட்டுக் கட்டித் தனியே ஓரிடத்தில் வைத்து ஒரு மாதம் சென்ற பின்பு கவசத்தைப் பிரித்து நன்றாகக் கலக்கிப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப் படுத்த வேண்டும்.

அளவு: ¼, ½, ¾, வராகனெடை; சமயோசிதம் போல் காலையில் ஒரு வேளை அல்லது காலை, மாலை இரண்டு வேளையும் உட்கொள்ளவும்.

துணை மருந்து: பசுவின் பால், பன்னீர் மணப்பாகு, திராட்சை மணப்பாகு, திராட்சை பானம் முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: நினைவாற்றலை உண்டாக்குவதில் இதற்கீடானது வேறொன்றுமில்லை. ஆகையினால், தன் வந்திரி சித்தர் இதனைத் தம் சீடர்களுக்குச் செய்து கொடுத்தனர். மந்தமான குரலோசை, கம்மலான குரலோசை ஆகியவைகள் நீங்கி இனிமையானக் குரலோசையாகிக் குயிலிசை போன்ற இசை உண்டாகும். இரத்தத் தூய்மை உண்டாகி உடல்வன்மை, உடல் கவர்ச்சி, முகக்களை, நீண்ட வாழ்வு முதலியவைகளுண்டாகும். இரத்தத்திலுள்ள குற்றங்கள், நிவர்த்தியாகி உடலிலுள்ள சொறி, சிரங்கு, மேகப்படை முதலியவைகள் நீங்கும். இளைப்பு (சயம்), சுவாசம், இரைப்பிருமல் முதலிய நுரையீரல் சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும். இன்னும், இது தலை மூளையைப் பலப்படுத்தும். மறதி நோயைப் போக்கும். கருப்பையிலுள்ள நோய்களை நீக்கிச் சந்ததிக்கும் (பிள்ளை உண்டாக) ஏதுவாக்கும். ஆண்களுக்கு இந்திரியக் குற்றத்தை நீக்கிச் சீர்படுத்திச் சந்ததிக்கும் ஏதுவாக்கும். இது ஒரு வகைக் கற்பம்; இதனைத் தொடர்ச்சியாக உட்கொண்டு வந்தால்; உடல் வலிமை, மனவலிமை, வீரியம், தைரியம், ஆண்மை, ஆண்மைத்துவம் முதலியவைகளை உண்டாக்கி, ஆயுளைப் பெருக்கும். இன்னும், மனக்களிப்பு, மகிழ்ச்சி முதலியவைகளைத் தரும். மேலும் வேறு சில நூல்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றதாவது:- "இதனைத் தொடர்ச்சியாக இரண்டு மாதங்கள் வரை உட்கொண்டால் உடலிலுள்ள எல்லா நோய்களும் தீரும்; இதனைத் தொடர்ச்சியாக ஒரு ஆண்டு உபயோகித்து வந்தால் எல்லாவகைத் தூய்மைகளும் உண்டாக்கிக் காய சித்தி உண்டாகும். இரண்டு ஆண்டு தொடர்ச்சியாக உபயோகித்துவத்தால் நரை, திரைமாறி இளமை அழகு உண்டாகும்; தொடர்ச்சியாக எப்போதும்

உபயோகித்து வந்தால் அகால இறப்பு உண்டாகாது"" என்பதே.

மருந்துணவு: சமயோசிதம் போலவும், உடலியல்பிற்குத் தகுந்த படியும் பத்தியமேற்படுத்திக் கொள்ள வேண்டியது.

63. குயில் ஓதை இளகம்

பாலில் அவித்து உலர்த்தி இடித்த வல்லாரைத் தூள் 2 பலம் (70 கிராம்), வசம்பை எரித்த சாம்பல், மஞ்சள்கடுக்காய்த் தோல் தூள், உலர்த்தி இடித்த ஆடாதோடை இலைத் தூள் இவை வகை ஒன்றுக்கு 1 பலம் (35 கிராம்), தேன் 10 பலம் (350 கிராம்). மூன்று தூள்களையும் தேனில் கலந்து சிறிது எரித்துப்பின் மேற்படி சாம்பலைச் சேர்த்து இளக பதத்தில் இறக்கி எடுத்து வைக்கவும்.

அளவு: 1¼ முதல் 1½ வராகனெடை.

தீரும் நோய்கள்: குரல்கம்மல், உடைந்த குரலோசை, கீச்சுக்குரல் முதலியவை நீங்கிக் குரலோசைச் சீர்ப்பட்டுக் குயில் போன்ற குரலோசை உண்டாகும். பாடகர்களுக்கு இது ஒரு வகைக் கற்பமாகும். ஆனால், தொடர்ச்சியாக இருபத்தொரு நாள் கீழ்க்காணும் பத்தியத்துடன் உபயோகிக்க வேண்டியது.

குறிப்பு: இது கோகில நாத லேகியம் என்றும் கூறப்பெறும்.

மருந்துணவு: மிளகாய், புளி, புளிப்புப் பொருள்கள், வெப்பந்தரும் பொருள்கள் ஆகியவைகளை அறவே நீக்க வேண்டியது.

64. இன்னிசை இளகம்

தேவையான நெய்யை ஒரு பாண்டத்தில் இட்டுக் காய்ச்சி அதில், பாலில் வேகவைத்து உலர்த்தின வல்லாரையைப் பொன் வண்ணமாக வறுத்து இடித்துத் தூள் செய்தது ஒரு பங்கு, தேன் ஒரு பங்கு, இவ்விரண்டையும் கலந்து இளகிய பதமாகச் செய்து எடுத்துப் பீங்கான் பாண்டத்தில் வைத்துக் கொள்ளவும்.

அளவு: ½ - ¾ வராகனெடை.

தீரும் நோய்கள்: தொண்டையில் உள்ள கபக்கட்டு, குரல் கம்மல் ஆகியவைகள் தீர்ந்து இனிமையான குரலோசை உண்டாகும். தலைமூளையைப் பலப்படுத்தும். நினைவாற்றல் கூடுதலடையும். சொறி, சிரங்கு முதலிய நோய்கள் தீரும். இரத்தத் தூய்மை உண்டாகும். இதை உட்கொண்டு செரிப்புத் திறனுக்குத் தகுந்தபடி காய்ச்சிக் கற்கண்டிட்ட பாலைப் பருகச் செய்ய வேண்டும்.

65. குட்ட நிவாரண இளகம்

பாலில் அவித்து உலர்த்தி இடித்த வல்லாரைத் தூள் 5 பலம் (175 கிராம்), அமுக்கிராக்கிழங்குத் தூள் 2½ பலம் (87½ கிராம்), பறங்கிச்சக்கைத் தூள் 2 பலம் (87½ கிராம்). பனைவெல்லாம் 12½ பலம் (437½ கிராம்), பசுவின் நெய், தேன் இவை வகைக்கு 2½ பலம் (87½ கிராம்).

செய்முறை: முன் தூள்களை எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். பனைவெல்லத்தைத் தூள் செய்து ஒரு பாண்டத்தில் போட்டுக் கொஞ்சம் தண்ணீரை விட்டுக் காய்ச்சி இரண்டொரு கொதி வந்தவுடன் வடிகட்டி அதில் உள்ள சக்கை, மண் முதலியவைகளை

நீக்கிவிட வேண்டியது. இந்தக் பாகை மறுபாண்டத்தில் விட்டுக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில் முன் சித்தப்படுத்தின தூள்களை கொட்டிக் கிளறி நெய்யையும், தேனையும் விட்டு நன்றாகக் கலந்து இளக பதமானபின் இறக்கி ஆறின பின் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: *1 முதல் 1½ வராகனெடை.*

துணை மருந்து: *இதனை உட்கொண்டு அதன் மீது காய்ச்சிக் கற்கண்டிட்ட பாலைச் செரிப்புத் திறனுக்குத் தகுந்தபடி பருகி வரவேண்டும்.*

தீரும் நோய்கள்: *மேகநோய், குட்டம், கிரந்திப்புண், சூலை, கீல் வாயு முதலியவைகள் தீரும்.*

மருந்துணவு: *நோய் வலிமைக்கு ஏற்றாற்போல் உப்பு, புளி முதலியவைகளைச் சிறிதளவு சேர்த்தும், அறவே நீக்கியும், வறுத்தும், சுட்டும் சேர்த்துச் சமயோசிதம் போல் உபயோகிக்க வேண்டியது.*

66. காயசித்தி வல்லாரை இளகம்

பாலில் அவித்து உலர்த்தி இடித்த வல்லாரைத் தூள் 10 பலம் (350 கிராம்), நன்னாரித் தூள் 10 பலம் (350 கிராம்), சிலாசத்துக்கற் தூள் அல்லது, சிலாசத்துப்பற்பம் 2½ பலம் (87½ கிராம்), பனைவெல்லம் 25 பலம் (875 கிராம்), நெய் 5 பலம் (175 கிராம்).

செய்முறை: *தூள்களை எல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். பனைவெல்லத்தைத் தூள் செய்து ஒரு பாண்டத்தில் போட்டுக் கொஞ்சம் நீரை விட்டுக் காய்ச்சி இரண்டு மூன்று கொதி வந்தவுடன் அதிலுள்ள*

சக்கை, மண் முதலியவைகளை நீக்கி மறுபாண்டத்தில் விட்டுக் காய்ச்சிப் பாகுபதத்தில் முன் சூரணத்தைத் தூவிக்கிண்டிக்கிளறி நெய்யை விட்டு நன்றாகக் கலந்து இளக பதத்தில் இறக்கி ஆறினபின் பீங்கான் பாண்டத்தில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 1½ வராகனெடை.

துணை மருந்து: இதனை உட்கொண்டு காய்ச்சிக் கற்கண்டிட்ட பாலைச் செரிப்புத் திறனுக்கு ஏற்றாற்போல் பருகச் செய்ய வேண்டும்.

67. சிவசத்தி மாத்திரை

தூய்மை செய்த இரசம், தூய்மை செய்த நெல்லிக்காய் கெந்தகம், தூய்மை செய்த மனோசிலை இவை வகை ஒன்றுக்கு ½ பலம் (17½ கிராம்), வல்லாரைச் சாறு செல்லத்தக்க அளவு, வசம்பிலைச் சாறு செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: மூன்று சரக்குகளில் இரசத்தையும் கெந்தகத்தையும் தொந்தித்து அரைத்து நன்றாகக் கறுத்த பின்பு எடுத்துக் கொள்ளவும். மனோசிலையை நேர்மையாகப் பொடித்து முன் தூளையும் சேர்த்து ஒரு மணிநேரம் அரைத்துச் சுரண்டிக் குவியலாகக் குவித்து அது அமிழ்ந்திருக்கும்படியாக வசம்பு இலைச் சாற்றை விட்டு மெதுவாய் அரைத்து விட்ட சாறு எல்லாம் வற்றிப்போனபின்பு நிழலில் வைத்து உலர்த்த வேண்டும்; இது ஒரு முறையாம். பிறகு, இதனைச் சுரண்டிப் பொடித்து முன்போல் குவித்து இது அமிழ்ந்திருக்கும்படி முன்வற்றின பின்பு முன்போல் நிழலில் உலர்த்திச் சுரண்டிப் பொடித்துக்கொள்ள

வேண்டும். மூன்றாம் முறையும் முன்போல் செய்யவும். இம்முறையே மடக்கி மடக்கி வசம்பு இலைச்சாற்றில் ஏழு முறைகளும் வல்லாரைச் சாற்றில் ஏழு முறைகளும் செய்து முடிவில் பயறு அளவு மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: ½ முதல் 1 மாத்திரை.

துணை மருந்து: தேன், தாய்ப்பால், பசுவின்பால், தயிர், மோர் முதலியவைகளாகும்.

தீரும் நோய்கள்: உன்மத்த நோய், பைத்திய நோய், காக்கைவலி, இசிவு, சுரநோய் முதலிய பலவகை நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: உப்பு, புளி, புகை முதலியவைகளைச் சமயோசிதம்போல் குறைத்துச் சேர்த்துக் கொள்க. அறவே நீக்கி வருவது மிக்க நல்லது. பாலன்னம், பால்பாயாசம் முதலியவைகளை உபயோகிப்பது நல்லது.

68. திரிகடுகு மாத்திரை

மேற்றோல் சீவி இடித்த சுக்குத்தூள், மிளகுத்தூள், அரிசித் திப்பிலித்தூள் இவை வகை ஒன்றிற்கு 1 பலம் (35 கிராம்), சிலாசத்துக்கல் பற்பம் பலம் ½ (17½ கிராம்), வல்லாரைச் சாறு செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: தூள்களையெல்லாம் ஒன்றாகக் கலந்து கல்வத்திலிட்டு ஒரு மணி நேரம் அரைத்து எல்லாம் நன்றாகக் கலந்த பின்பு அதைக் குவியலாகக் குவித்து அது அமிழ்ந்திருக்கும் படி வல்லாரைச் சாற்றை விட்டு மெதுவாக அரைத்து வற்றின பின்பு ஈரமில்லாமல் உலர்ந்த பின்பு நெய்யில் வறுத்துப் பொடித்துக் கொள்ளவேண்டியது.

அதனைக் குவித்து முன்போல் வல்லாரைச் சாற்றைவிட்டு முன்போல் அரைத்து முன்போல் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டியது. இவ்விதம் மடக்கி மடக்கி ஏழு முறைகள் செய்து முடிவில் ஒரு குன்றிமணி எடையுள்ள மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் அடைத்துப் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: *1 முதல் 2 மாத்திரை.*

துணை மருந்து: சோம்புத் தீநீர், ஓமத்தீநீர், சுண்ணாம்புத் தெளிநீர், தேன், சர்க்கரை முதலியவைகளாகும்.

தீரும் நோய்கள்: செரியாமை, மந்தாக்கினி, வயிற்றுப் பொருமல், வயிற்றுப்போக்கு, வயிற்றுவலி முதலிய இரைப்பை சம்பந்தமான நோய்கள் தீரும். பலவகை வாயுக்கள், பக்கவாயு ஆகியவைகள் தீரும்.

மருந்துணவு: விரைவில் செரிக்கத்தக்க உணவுகளைக் கொடுக்க வேண்டியது. இரைப்பை நல்ல நிலையை அடையும் வரையில் இலகுவான உணவுகளையே உட்கொள்ள வேண்டும். இன்னும் உடல் பயிற்சி, *காற்று மாறுதல் முதலிய செய்திகளையும் கவனிக்க வேண்டியது.

69. திரிபலை மாத்திரை

மஞ்சள் கடுக்காய் தோள் தூள், தான்றிக்காய்த் தோல் தூள், நெல்லிமுள்ளித் தூள், அன்னபேதிச் செந்தூரம் இவை வகைக்கு 1 பலம் (35 கிராம்), வல்லாரைச் சாறு செல்லத்தக்க அளவு, நெல்லிக்காய்ச் சாறு அல்லது, எலுமிச்சம்பழச்சாறு, சொல்லத்தக்க அளவு.

*காற்று மாறுதல்: சரம் மாறும் இலக்கணமறிதல்; பிராணாயாமம் முறைப்படி செய்தல்; கீழ்நோக்கி வெளியாக வேண்டிய வாயு சரிவரத் தடையின்றிக் கழிய வகை செய்தல் என்ற மூன்று வகையான செயல்களையும் குறிக்கும் என்றறிக.

செய்முறை: முன் நான்கையும் ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு மணி நேரம் அரைத்து எல்லாங் கலந்த பின்பு முன் பாகங்களிற்கூறியபடி வல்லாரைச் சாற்றில் ஏழு முறைகளும், எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் அல்லது நெல்லிக்காய்ச் சாற்றில் ஏழு முறைகளும் செய்து முடிவில் குன்றிமணி எடை மாத்திரைகளாகச் செய்து நிழலிலுர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: 1 முதல் 2 மாத்திரைகள் வரை.

துணை மருந்து: சோம்புத் தீநீர், காசினித் தீநீர், மணித்தக்காளித் தீநீர், வெள்ளரி விதையை அரைத்துப் பிழிந்து பால், வெள்ளரிக்காயை வெதுப்பிப் பிழிந்த சாறு, நீர் முள்ளிவேர், கீழ்க்காய் நெல்லிவேர், கையாந்தகரை இம்மூன்றையும் சமமாகச் சேர்த்துச் செய்தக் குடிநீர் முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: காமாலை, பாண்டு, சோகை, வீக்கம் முதலிய ஈரல் சம்பந்தமான எல்லா நோய்களுந் தீரும். வாந்தி, கக்கல், சுவையின்மை, உணவு ஏலாமை முதலியவை களும் தீரும். இன்னும், இதனை இரைப்பைத் தொடர்பான நோய்களுக்கும் உபயோகப்படுத்தலாம்.

70. சீரகாதி மாத்திரை

நற்சீரகத்தூள், பெருஞ்சீரகத்தூள், ஓமத்தூள், பொரித்த வெங்காரம், இவை வகைக்கு 1 பலம் (35 கிராம்), வல்லாரைச் சாறு செல்லத் தக்க அளவு, புளிப்பு மாதுளம்பழச்சாறு, அல்லது எலுமிச்சம் பழச்சாறு, செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: முன் மூன்று தூள்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து ஒரு மணி நேரம் அரைத்துப் பிறகு வெண்காரத்தைத்

தூள் செய்து சேர்த்துக் கலந்து எல்லாம் ஒன்றான பின்பு முன் பாகங்களிற் கூறியபடி வல்லாரைச் சாற்றில் ஏழு முறைகளையும், புளிப்பு மாதுளம்பழச்சாறு அல்லது எலுமிச்சம் பழச்சாற்றில் ஏழு பாவனைகளும் செய்து முடிவில் குன்றிமணி எடை மாத்திரைகள் செய்து நிழலில் உலர்த்திப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: *1 முதல் 2 மாத்திரை.*

துணை மருந்து: திப்புப்பு மாதுளம்பழ மணப்பாகு, தித்திப்பு மாதுளம்பழச்சாறு, தாழம்பூத் தீநீர், கத்தூரிப் பிராம்புத் தீநீர் முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: கெட்டிருக்கின்ற ஈரல் வலுப்படும்; தலை மயக்கம், தலைச்சுற்றல், கிறுகிறுப்பு, கைகால் அசதி, நீரடைப்பு, நீர்க்கட்டு முதலியவை தீரும். வாந்தி, சுவையின்மை, ஒக்காளம் முதலியவைகளும் தீரும்.

மருந்துணவு: சமயோசிதம்போல் இலகுவான உணவுகளை உட்கொள்ள வேண்டியது. ரவைக் கஞ்சியை உட்கொள்வது மிகவும் நல்லது.

71. உலோகச் செந்தூர பாவனை

கீழ்க்கூறியபடி சித்தப்படுத்தின அய அப்பிரகச் செந்தூரம் 5 வராகனெடை (17½ கிராம்) மேற்றோல் நீக்கிச் சிறுதுண்டுகளாக்கி நெய்யில் பொன்வறுவலாக வறுத்திடித்த கருணைக் கிழங்குத் தூள் 3 பலம் (105 கிராம்), வல்லாரைச் சமூலச்சாறு 6 பலம் (210 கிராம்), ஏலக்காய்த் தூள் 1 பலம் (35 கிராம்), தண்ணீர்விட்டான் கிழங்குத் தூள் 1 பலம் (35 கிராம்), செம்மறியாட்டுத் தயிர் 3 பலம் (105 கிராம்).

செய்முறை: வல்லாரைச் சாற்றையும் தயிரையும் ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக் கொள்ளவும். புதுஓட்டை அடுப்பில் வைத்து அய அப்பிரகச் செந்தூரத்தைப் போட்டு மற்ற மூன்று தூள்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து வைத்துக்கொண்டு கொஞ்சம் எடுத்து அப்பிரேகச் செந்தூரத்தின்மீது போட்டு ஒரு இரும்புக் குச்சியால் துழாவிக்கொண்டே வறுக்க வேண்டியது. இவ்விதம், கொஞ்ச நேரத்துக்கு ஒரு தடவைக் கொஞ்சமாக எடுத்துப் போட்டுத் துழாவி வறுத்து எல்லாத் தூள்களும் சென்ற பின்பு முன் சித்தப்படுத்தி வைத்திருக்கும் வல்லாரைச் சாறும் தயிரும் சேர்ந்த கலவையில் கொஞ்சமெடுத்து ஓட்டில் விட்டு வறுக்க வேண்டியது. விட்டசாறு சுண்டினவுடன் வேறு கொஞ்சம் சாற்றைவிட வேண்டியது. இவ்விதம், சாறு சுண்டச்சுண்ட எல்லாச் சாற்றையும்விட்டு வறுத்துக் கீழிறக்கி ஆறின பின்பு செந்தூரத்தை மட்டும் எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இந்தச் செந்தூரமானது கருஞ் சாயலான சிவப்பாய் அல்லது கருப்பாய் இருக்கும்.

அளவு: *½ - 1 - 1½* குன்றியெடை.

துணைமருந்து: நெய், தேன், இளகவகைகள் முதலியவை களாம். இன்னும் மூங்லிலுப்பு, ஏலக்காய், நெருஞ்சிமுள் இம்மூன்றையும் சமஎடையெடுத்துத் தூள் செய்து துணியில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். இதற்கு முக்கூட்டுக் கலப்புத் தூள் என்று பெயர். இந்த முக்கூட்டுக் கலப்புத் தூள் 1 வராகனெடை (3½ கிராம்), தேன் அல்லது நெய், 2 வராகனெடை (7 கிராம்) இவ்விரண்டையும் கலந்து மேற்படி செந்தூரத்தை அளவுப்படி கலந்து உட்கொள்ளவும்.

தீரும் நோய்கள்: இரத்தத்திலுள்ள குற்றத்தை நீக்கி அதனைப் பெருக்கும். நீர்த்துப்போன வீரியத்தைக் கெட்டிப்படுத்தி ஆண் தன்மையை உண்டாக்கும். மதுமேகம், வெகு மூத்திர நோய் ஆகியவைகளைக் கண்டித்து உடல் வலிமையையும், உடற்சக்தியையும் மிகுக்கும். ஆயுள் பெருக்கத்திற்கும் ஏதுவாகும். நினைவாற்றலைப் பெருக்கும். இந்திரிய ஒழுக்கு, மேக நீரொழுக்கு முதலியவைகளைக் கண்டிக்கும். பாண்டுநோய், மஞ்சட்காமாலை, வறட்காமாலை ஆகியவைகளைக் கண்டிக்கும். ஆனால், அந்தந்த நோய்களுக்குத் தகுந்தபடித்தக்க துணை மருந்துகளில் உட்கொள்ள வேண்டியது.

குறிப்பு: மேற்கண்ட பாகத்தில் அய அப்பிரகச் செந்தூரம் ஐந்து வராகன் எடை எடுத்துக் கொண்டு மேற்படி முறைப்படி மருந்து செய்யச் சொல்லியுள்ளது. ஆயினும், இதனைப் பத்து வராகனெடை (35 கிராம்), முதல் 15 வராகனெடை (52 கிராம்) வரையில் சேர்த்துச் செய்து கொள்ளலாம்.

அய அப்பிரேகச் செந்தூரம்: அயச் செந்தூரங்கள் பல நமது அனுபோக வைத்திய நவநீதத்திற்குள் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இவ்விதமே, அப்பிரேகச் செந்தூரமும் சொல்லப்பட்டிருக்கின்றன. இந்த முறைகளில் சொல்லப்பட்டிருப்பதுபோல் செய்யப்பட்ட அயச் செந்தூரம் 1 பலம் (35 கிராம்), இவ்விதமே அப்பிரேகச் செந்தூரம் 1 பலம் (35 கிராம்), இவ்விரண்டையும் சேர்த்துக் கல்வத்திலிட்டு வல்லாரைச் சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து நான்கு சாம நேரம் அரைத்து (12 மணி) வில்லை செய்துலர்த்தி அகலில் வைத்து மேலகல் மூடிச்

சீலை செய்துலர்த்திக் கவசத்தின் பத்துப் பங்கெடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறின பின் எடுத்துக் கலவந்திலிட்டுப் பொடித்து முன்போல் வல்லாரைச் சாற்றால் நான்கு சாம நேரம் அரைத்து முன்போல் புடம் போடவும். மூன்றாம் முறையும் புடம் போட்டெடுத்துக் கொள்ளவும். அதன் மேல் சுவத்து முள்ளங்கிச் சாற்றில் மேற்கண்டபடி மூன்று புடமும், பொற்றலைக் கையாந்தகரைச் சாற்றில் மூன்று புடமும் போட்டெடுத்துப் புட்டியில் பத்திரப் படுத்தவும். இதனைத் தனியாக மேற்கண்ட துணைமருந்துகளில் உட்கொள்ள மேற்கண்ட நோய்கள் தீரும். இச்செந்தூரத்தை மேற்கண்டபடி பாவனை செய்து உபயோகித்தால் சிறப்புக் குணத்தைத் தரும்.

72. *வெங்கார பற்பம்

நாட்டு வெண்காரம் 2 பலம் (70 கிராம்) வல்லாரைச்சாறு செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: வெண்காரத்தைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து மேற்படி சாற்றைச் சிறுகச் சிறுக வார்த்து இரண்டு சாம நேரம் அரைத்து வில்லை தட்டிக் காய வைத்து ஓட்டில் வைத்து மேலோடு மூடிச் சீலைமண் செய்துக் காய வைத்துக் கவசத்தின் ஆறு பங்கெடை வறட்டியில் புடமிட்டு ஆறினபின் எடுக்கப் பற்பமாகி இருக்கும்.

அளவு: 2 முதல் 4 குன்றியெடை.

துணை மருந்து: வெண்ணெய், பசுவின் நெய் ஆகியவைகளாம். இன்னும், தோல் நீக்கின வாதுமைப் பருப்பையும்,

---

*இடங்கணம் என்று மூலநூலில் இருந்தது. அது வடசொல் "டங்கணம்" என்பதன் தற்பவம். அதன் பொருள் வெங்காரம் என்பதாம்.

கற்கண்டையும் சமஎடையாகச் சேர்த்தரைத்த கற்கம் 2 வராகனெடை (7 கிராம்)யில் சேர்த்துண்ணலாம்.

தீரும் நோய்கள்: வறட்சியிருமல், தொண்டை வறட்சி, கபக்கட்டு ஆகியவைகள் தீரும், கபத்தை இளகலாக்கித் (கரைக்கத்) தள்ள இது நல்ல மருந்து.

73. படிகாரப் பற்பம்

வெண்காரத்தைப் பற்பம் செய்தது போலவே இதனையும் பற்பம் செய்து கொள்ள வேண்டும்.

அளவு: 2 முதல் 4 குன்றிமணியெடை.

துணை மருந்து: தேன், நெய், வெண்ணெய், வெற்றிலைச் சாறு, வெங்காயச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு முதலியவைகளாகும்.

தீரும் நோய்கள்: எலிக்கடி நஞ்சு, தேள் நஞ்சு, சில் நஞ்சு, பூரான் கடி நஞ்சு முதலிய பல நஞ்சுகள் தீரும். பாம்பு நஞ்சிற்கும் கொடுத்துக் குணப்பட்டிருப்பதாக உறுதி செய்யப்பட்டி ருக்கின்றது.

74. இந்துப்புப் பாவனை

இந்துப்பு 5 பலம் (175 கிராம்), வல்லாரைச்சாறு, எலுமிச்சம் பழச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, நெல்லிக்காய்ச் சாறு அல்லது (அது அகப்படாவிட்டால்) நெல்லிமுள்ளிக் குடிநீர் இவை வகைக்குச் செல்லத்தக்க அளவு.

செய்முறை: இந்துப்பைக் கல்வத்திலிட்டுப் பொடித்து ஒரு குவியலாகக் குவித்து அது மூழ்கும்படியாக வல்லாரைச் சாற்றை விட்டு மெதுவாயரைத்து, விட்ட சாறு வற்றின பின்பு ஈரமில்லாமல் உலர்த்திக் கொள்ள வேண்டியது.

இது ஒரு முறையாம். இம்முறையாய் வல்லாரைச்சாற்றில் ஏழு முறைகளும், இஞ்சிச் சாற்றில் ஏழு முறைகளும், நெல்லிக்காய்ச் சாற்றில் ஏழு முறைகளும் செய்து முடிவில் கொஞ்சமும் ஈரமில்லாமல் உலர்த்திப் பொடித்துப் புட்டியில் பத்திரப்படுத்தவும்.

அளவு: ½ முதல் 1 வராகனெடை.

துணை மருந்து: தேன், மாதுளம்பழச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, சுக்குக் குடிநீர், சோம்புத் தீநீர் முதலியவைகளாம்.

தீரும் நோய்கள்: பித்தகுன்மம், வாந்தி, வயிற்றில் எரிச்சல், செரியாமை, மந்தாக்கினி, புளித்தேப்பம், வயிற்றிலுண்டாகும் பலவித வாயுக்கள் முதலிய இரைப்பைத் தொடர்பான நோய்கள் தீரும்.

மருந்துணவு: நோய்க்கேற்றார் போல், இலகு உணவுகள், கஞ்சிபானங்கள், கனிவகைகள் முதலியவைகளைச் சமயோசிதம் போலச் சேர்க்கவும்.

75. மிளகு பக்குவம்

மிளகு 2½ பலம், வல்லாரைச்சாறு 4 பலம் (140 கிராம்), முசுமுசுக்கைச்சாறு 5 பலம் (175 கிராம்), இஞ்சிச்சாறு 5 பலம் (175 கிராம்) எலுமிச்சம் பழச்சாறு 5 பலம் (175 கிராம்)

செய்முறை: மிளகை ஒரு பாத்திரத்தில் போட்டு வல்லாரைச் சாற்றை விட்டு வெய்யிலில் வைக்க வேண்டும். அதை நாள் தோறும் இரண்டொரு முறை கிளறிக் கொண்டு வர வேண்டியது அதில் தூசி முதலியவைகள் விழாதபடி மெல்லிய துணியால் வேடுகட்டியும் வரவேண்டியது.

வல்லாரைச்சாறு சுண்டின பின்பு பொடுதலைச்சாறு விட்டு வெய்யிலில் வைத்துக் கிளறி முன்போல் சுவற வைக்க வேண்டியது. இவ்விதம் முசுமுசுக்கைச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, எலுமிச்சம்பழச்சாறு ஆகியவைகளையும் முறையே விட்டு உலர வைத்துப் பீங்கான் பாத்திரத்தில் பத்திரப்படுத்த வேண்டும்.

அளவு: மூன்று முதல் ஐந்து மிளகு வரை.

தீரும் நோய்கள்: பலவகை வாயு வகைகள், சுரங்கள், இரைப்பையில் கெட்ட ஆவியினாலுண்டாகும் வாயுவுகள், குன்ம நோய், செரியாமை நோய் ஆகியவை குணப்படும்.

76. சீரக பக்குவம்

மிளகைப் பக்குவம் செய்தது போலச் சீரகத்தையும் பக்குவம் செய்து கொள்ள வேண்டியது.

அளவு: 4 முதல் 8 குன்றியெடை வரை.

தீரும் நோய்கள்: பித்தவாந்தி, பித்தத்தாலுண்டாகும் கைகாலெரிச்சல், மயக்கம் ஆகிய பித்தத் தொடர்பான நோய்களும், செரியாமை, மந்தாக்கினி, வயிற்றுப்பிசம் முதலியவைகளும் தீரும்.

77. வல்லாரைத் தைலம்

வல்லாரைச் சமூலச்சாறு 1 படி, கழுவின எள்ளெண்ணெய் ½ படி, பசுவின்பால் ½ படி, அதிமதுரம் 1¼ பலம், வெட்டிவேர் 1¼ பலம், விலாமிச்சம்வேர் 1½ பலம், கிச்சிலிக்கிழங்கு ½ பலம், கோரைக்கிழங்கு ½ பலம்.

செய்முறை: முன்மூன்று திரவங்களையும் ஒன்றாகக் கலந்து கொள்ளவும். மற்றச் சரக்குகளை இடித்துத் தூள் செய்து பால்விட்டரைத்து முன் சித்தப்படுத்தினதில் கலக்கி இரண்டு நாள் இளஞ்சூடு காட்டி வந்து மூன்றாம் நாள் காய்ச்சிக் கடுகு திரள் பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டிச் சாடியிற் போட்டு இரண்டொரு வாரம் தானியப்புடம் வைத்து எடுத்து உபயோகிக்கவும்.

தீரும் நோய்கள்: இதனைத் தேய்த்துக் குளித்து வருவதால் தலைமூளை பலப்படும். தலைமூளைத் துர்ப்பலத் தினாலுண்டாகும் தலைவலி, தலைமயக்கம், கிறுகிறுப்பு ஆகியவைகள் தீரும்.

மருந்துணவு: புளிப்புமோர், பகல் உறக்கம், புணர்ச்சி முதலியவைகள் குளியல் செய்த நாளில் கூடாது.

78. வல்லாரைத் துவையல்

வல்லாரை இலையை நெய்யில் வெதுப்பி வெந்த பதத்தில் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும். இதனுடன் இஞ்சி, புளி, உப்பு, பூண்டிதழ் முதலிய சம்பாரங்களை அவரவர்களின் விருப்பப்படிச் சேர்த்துத் துவையல் செய்து சோற்றுடன் உபகறியாக உட்கொள்ளலாம். இதனுடன் விருப்பப்பட்டவர்கள் பெருங்காயம், முருங்கைப்பட்டை ஆகியவைகளையும் சேர்த்தரைத்துக் கொள்ளலாம்.

தீரும் நோய்கள்: உணவு செரிக்கும், செரி திறனுண்டாகும். வாயுக்களைக் கண்டிக்கும், மூளை வலிமை முதலிய குணங்களுண்டாகும்.

79. வல்லாரை நவரத்தினச் சட்டினி*

நாரில்லாததும், பால் வீச்ச மில்லாததும் மிதமானதுமான மாங்காய் 25, (இவற்றின் மேற்றோலைச் சீவி நீக்கிச் சன்னமாகக் துண்டித்துக் கொட்டைகளை நீக்கிவிட வேண்டியது). பச்சை மிளகாய் 10 பலம் (350 கிராம்), இதனைக் கழுவிக் காம்புகளை நீக்கி மாங்காயுடன் சேர்த்து வைத்துக் கொள்ளவும். உலர்ந்த மிளகாய் 7½ பலம் (262½ கிராம்), (இதனை வறுத்துக் காம்புகளை நீக்கி விட்டு இடித்துத் தூள் செய்துத் துணியில் வடிகட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்) இஞ்சி 7½ பலம் (262½ கிராம்), இதனை மேற்றோலைச் சீவி விட்டு வெண்ணெய் போல அரைத்துக் கொள்ளவும்). பூண்டு 7½ பலம் (262½ கிராம்), (இதனைத் தோலை உரித்து அரைத்துக் கொள்ளவும்). புதினா 3 பலம் (105 கிராம்), (இதனையும் வெண்ணெய் போல் அரைத்துக் கொள்ளவும்) சீனிச் சர்க்கரை 2 பலம் (70 கிராம்) முதல் 40 பலம் (1400 கிராம்) வரை, (இதில் கட்டிகளில்லாமல் தூள் செய்து தூய்மையாக்கிக் கொள்ளவும்). வல்லாரைச் சாறு ½ படி, காடி 1½ அல்லது 2 படி, வெள்ளையுப்பு 2½ பலம் (87½ கிராம்), மஞ்சள் பலம் ½ (17½ கிராம்).

செய்முறை: *எரியும் அடுப்பிலேற்றிய காடியில் முதலில் வெள்ளையுப்பைப் போட்டு நன்றாகச் சூடு கண்டு கொதித்தவுடன் மஞ்சட்பொடியை தூவி இறக்கி ஆறவைக்க வேண்டும். இதில் அரைவாசியை முன் சித்தப்படுத்தப்பட்டிருக்கும் மாங்காய் பச்சைமிளாய் ஆகியவற்றில் விட்டு அடுப்பேற்றி அவை வேக, வேக*

*சட்டினி இது திசைச் (ஆங்கில) சொல் துவையல் என்பது பொருள். உலக வழக்கில் துகையல் அல்லது தொக்கு என்று வழங்கப்படுவது இவ்வகைப் பாகமே.

மத்தினால் கடைந்து வரவும். எல்லாம் வெந்தபின் கீழிறக்கி மெல்லிய சல்லாத் துணியில் போட்டு மெதுவாகப் பிசைந்து பிழிந்து திப்பியை நீக்கி விடவும். அவ்வாறு பிழிந்த பாகில் முன் வடிகட்டி வைத்திருக்கும் மிளகாய்த் தூளைச் சிறுகச் சிறுகத் தூவி நன்றாகக் கலக்கிக் கிளறி வரவும். பின்பு சீனியைத் தூவ வேண்டியது; பின்பு முன் சித்தப்படுத்தப்பட்டிருக்கும் பொதினாவில் எடுத்து வைத்திருக்கிற காடியில் கொஞ்சம் விட்டுக் கலக்கி மெல்லிய துணியில் வைத்து முன் சித்தப்படுத்தினதில் பிழிந்து திப்பியை நீக்கிவிட வேண்டியது. அதன் பின்பு முன் சித்தப்படுத்தின இஞ்சியில் மேற்படி காடியில் கொஞ்சம் விட்டுச் சல்லாத் துணியில் வைத்ததில் பிழிந்து திப்பியை நீக்கிவிட வேண்டியது. இவ்விதமே முன் சித்தப்படுத்தி வைத்திருக்கின்ற பூண்டிலும் மேற்படி காடியை விட்டுக் கரைத்து மேற்கண்டவாறு பிழிந்து திப்பியை நீக்கிவிட வேண்டியது. அதன் மேல் மிகுந்திருக்கிற காடியையும் அதில் விட்டு அடுப்பேற்றி மெதுவாக எரிக்க வேண்டியது. கைவிடாமல் துழாவிக் கொண்டு இருக்க வேண்டியது. குழம்புப் பதமான பக்குவத்தில் இறக்கிக் குளிர ஆறவைத்துப் பெரிய புட்டிகளில் வாய்மட்டம் ஊற்றிக் கார்க்கிட்டுக் கொஞ்சமும் காற்றுப் போகாமல் காற்றுக் கட்டு செய்து வைத்தால் எத்தனை நாளான போதிலும் கெட்டுப் போகாமல் நன்றாயிருக்கும். இதன் சுவையானது சொல்ல முடியாமல் பலவகையாயிருக்கும். இதனை உணவுடன் துணைக் கறியாக உண்டு வருவதால் அநேக நன்மைகள் உண்டாகும். மருந்தைச் சாப்பிட அருவருப்புள்ளவர்கள், சுகுமார உடலினர், நோயாளர்கள் முதலியவர்கட்கு எந்தக் காலத்திலும் இது பயன்படும்.

இது சற்ற சிறுகசப்பாயிருக்கும். ஆகையால், அதற்கு விருப்பமில்லாதவர்கள் சர்க்கரையை அதிகப்படுத்திக் கொள்ளலாம். அல்லது, வல்லாரைச் சாற்றைக் குறைத்துக் கொள்ளலாம். அல்லது, வல்லாரையைப் பாலில் பிட்டவித்து உலர்த்தி இடித்துத் துணியில் வடித்த தூளைச் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். விருப்பமானவர்கள் இதனைச் செய்து பயன்படுத்தி இதன் குணத்தை உறுதி செய்து கொள்வார்கள். ஆகையால், இதைப் பற்றி இங்கு அதிகம் எழுதாமல் விடுத்தனம்.

ஆய்வுக் குறிப்பு

மூலிகைகள் சரக்குகள் ஆகியவைகளுக்கு இயற்கையாலும் செயற்கையாலும் அதனதன் குணம் சிறப்பாயிருப்பதும், குறைந்து போவதும்போல இந்த வல்லாரைக்கும் அவ்வித இயல்பு உண்டு. இது பலர்க்குத் தெரிந்த சாதாரண மூலிகையே. ஆனால், இது இயற்கையாகப் பயிராகும் நிலவளத்திற்குத் தக்கவிதமாக அல்லது, நாம் செயற்கை யாகப் பயிராக்கும் நிலத்திற்கேற்ப விதமாகக் குணத்தைக் கொடுக்கும். இலகுவான நோய்களுக்கும், கடின நோய்களுக்கும், துன்பத்தை உண்டாக்கும் குட்டம் முதலிய பல கொடிய நோய்களுக்கும் இது பயன்படக்கூடிய சிறந்த மூலிகை. ஒரு ஆங்கிலேய மருத்துவர் இதன் சிறந்த குணத்தைப் பற்றி ஒரு நூலில் வெகுவாய்ப் புகழ்ந்தெழுதி இருக்கின்றார். அதில், இந்த மூலிகையானது இயற்கையாய் இன்னின்ன நிலங்களில் பயிரானால் இன்னின்ன குணங்களைத் தருமென்றும், செயற்கையாய் இன்னின்ன விதமாகப் பயிராக்கப்பட்டால் இன்னின்ன சிறப்புக் குணங்களைத் தருமென்றும் இதைப் பற்றிச் சுமார் இருபது ஆண்டு வரையில் ஆய்வு செய்து வந்ததாகவும்

வகை விளக்கமாக எழுதியிருக்கின்றார். இன்னும், இந்த டாக்டர் இந்த மூலிகையினால் பல குட்ட நோய்களைக் குணப்படுத்தியதாகவும் எழுதியிருக்கின்றார். இன்னும், உடலியல்பிற்கு, ஏற்றவாறு மேற்படி மூலிகையைச் செயற்கையால் வலுப்படுத்தியும் விடாது பல நாள்கள் தொடர்ச்சியாக உட்கொண்டும் வந்தால் மேற்படி நோயை நிச்சயமாக வசப்படுத்தி விடலாமெனவும் சொல்லுகின்றார். இந்த மூலிகையை பலப்படுத்துவதற்கு அவர், பலமுறைகளைக் கூறி இருக்கின்றார். அப்படிக் கூறி இருப்பினும் நமது ஆதரவாளர்களின் பொருட்டுச் சில எளிதான முறைகளை மட்டும் இங்கெழுதுவாம்.

வல்லாரைச் சத்துதனை வலிமைப்படுத்தும் வழிவகை

1. நான்கு கெச நீளமும் நான்கு கெச அகலமுள்ள ஒரு வசதியான நிலத்தில் ஒன்று அல்லது, ஒன்றரை அடி ஆழமுள்ள பள்ளந் தோண்டி அப்பள்ளத்தில் அரைவாசி பேய் பீர்க்கின் சமூலத்தை உலர்த்தி இடித்த தூளைப் போட்டுப் பரப்பி அதன் மேல் மண்ணைப் போட்டுமூடி சிலநாள் தண்ணீர் பாய்ச்சி வந்தால் அத்தூளெல்லாம் மடிந்து எருவாகி விடும். அதன் பின்பு அதனை வெட்டிப் புறட்டிப் பாத்திகட்டி வல்லாரையை நட்டுத் தண்ணீரிறைத்துப் பயிராக்கிக் கொள்ள வேண்டும். இவ்விதம் செய்துகொள்ளின் அந்த மூலிகையால் பல அற்புதங்களைச் செய்யலாம்.

2. மேற்கண்ட முறையாகச் சேராங்கொட்டையைச் சிறு துண்டுகளாகத் துண்டித்துப் போட்டு எருவாக்கி அதில் வல்லாரையையும் பயிர் செய்து பயன்படுத்தினாலும் சிறப்புக் குணமுண்டாகும்

3. மேற்கண்டவாறே எட்டிக்கொட்டையையும் நறுக்கிப் போட்டு நன்றாக மடிந்து எருவான பின்பு, அதை மண்ணுடன் கலந்து அதில் வல்லாரையைப் பயிராக்கி உபயோகிப்பதால் நரம்புகள் பலப்பட்டு உடல் வலிமை, வீரியம் முதலிய பல குணங்களுண்டாகும்.

ஆகையால்,விருப்பமானவர்கள் தங்கள் தங்கள் சத்திக் கியன்றவாறு மேற்கண்ட முறைகளின்படி வல்லாரையைப் பயிர் செய்து பயன்படுத்தி அதன் குணத்தை நிச்சயித்துக் கொள்க.

வல்லாரைக் கற்பம்

பல மூலிகைகளைக் கற்பமாகச் சாப்பிடும் முறைகளை வடமொழி நூல்களில் எழுதி இருப்பதைப் பார்க்கினும் நம் சித்தர் நூல்களில் அதிகச் சிறப்பாகவும், பற்பல விதமாகவும் எழுதி இருக்கிறார்கள். அவற்றுள் எளிமையான சில முறைகளை மட்டும் இங்கெழுதுவாம்; அவை பின் வருகிற விதமாம்.

வல்லாரையைப் பயன்படுத்தும் முன் நாம் ஆதியிற் கூறி இருப்பதுபோல் கக்கலுக்கும் அல்லது கழிச்சலுக்குச் சாப்பிட்டு உடலிலுள்ள கெட்ட மலங்களை நீக்க வேண்டியது, வேர்வைப் பரிகாரங்களால் வேர்வையை வெளிப்படுத்தியும், பீச்சு (வஸ்தி) முறையால் சிறுகுடல், மணிக்குடல் ஆகியவற்றிலுள்ள கெட்ட மலங்களை நீக்கியும் உடலைத் தூய்மை செய்து கொள்ள வேண்டியது.

பிறகு, வல்லாரைச் சமூலத்தை இடித்துப் பிழிந்து ஒரு தேக்கரண்டியளவு, அல்லது ஒரு வராகனெடை உட்கொள்ள

வேண்டும். இது செரிக்க சுமார் இரண்டு சாம நேரஞ் செல்லும். இந்தக் கால அளவுப்படியோ அல்லது இதற்கு முன்பின்னாகவே செரித்தபின்பு உப்பில்லாக் கஞ்சி சாப்பிட வேண்டியது. எந்தக் காய்கறியிலும் உப்பு, புளி ஆகியவைகளை நீக்க வேண்டியது; பசுவின் பால் பருகும் பழக்கமுள்ளவர்கள் பசுவின் பாலை பருக வேண்டியது. அப்பழக்கம் இல்லாதவர்கள் செரிதிறனுக்கு ஏற்றபடி சிறுகச் சிறுகப் பாலைப் பருகப் பழக வேண்டும். ஒரு வராகனெடை முதல் பத்து வராகனெடை வரையில் கிரமேணுவாய் நாள்தோறும் சிறுகச் சிறுக அதிகப்படுத்திக் கொண்டு வரலாம்; இவ்விதம், மூன்று மாதங்களில் மூன்று வாரம் செய்தால் தலைமூளைப் பலப்படும். அறிவுக் கூர்மையும், சுறுசுறுப்பும் உண்டாகும்.

இன்னும் வேறு சில நூல்களில் செல்லப்பட்டிருப்பதாவது: "மேற்கண்ட விதமாகத் தொடர்ச்சியாய் இரண்டு வாரங்கள் செய்தால் நூல்களை எழுதும் சக்தி உண்டாகும். நுண்ணிய செய்திகளை ஏற்கும் திறன் உண்டாகும்.

இவ்விதம் தொடர்ச்சியாக மூன்று வாரங்கள் செய்யின் இரண்டு முறை வாசிக்கக் கேட்ட நூறு பாடல்களை மறுபடி வாய்ப்பாடமாகச் சொல்லும்படியான திறன் உண்டாகும்.

இன்னும் தொடர்ச்சியாக நீண்ட காலம் உட்கொண்டு வந்தால் உடல் இறுகிக் கெட்டிப்படும். உடலில் அழகு உண்டாகும். ஆச்சரியப்படும்படியான நினைவாற்றல் உண்டாகும்; காதால் கேட்கப்பட்டதை எல்லாம் மறக்காமல் மனனஞ் செய்யும் சக்தி உண்டாகும். ஆயுள் விருத்திக்கு ஏதுவாகும்" என்பதே.

இதைத் தேர்வு செய்ய விருப்பமுடையவர்கள் இதில் சொல்லியபடி பின்பற்றி இதன் குணத்தைத் தெரிந்து கொள்வார்களாக.

இன்னும் மேற்கண்ட கற்பத்தைச் சாப்பிடுபவர்கள் கீழ்க்கண்ட இலக்கணமுள்ள வீட்டில் கீழ்க்கண்ட விதமாக வசிக்க வேண்டுமெனச் சில நுல்களில் சொல்லப்பட்டிருக்கிறது. அதாவது:—

“இந்தக் கற்பம் சாப்பிடும் காலத்தில் வசிக்கும் வீடானது பிரத்தியேகமான இடத்தில் அமைக்கப்பட்டதா இருக்க வேண்டும். அந்த வீட்டில் சிறப்பாக காற்று வீசலாகாது. போக்குவரத்தான காற்றுள்ளதாக இருக்கலாகாது. ஆனால், அமைதியான காற்றுள்ளதாக இருக்க வேண்டும். இந்த வீட்டில் இருபத்தொரு நாளிருக்க வேண்டியது. இடையில் காற்றுள்ள வேறு இடங்களில் போகலாகாது. எப்போதும் கடவுளைத் துதித்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். இம்முறையில் துதிப்பதற்குத் தான் விடும் ஒவ்வொரு மூச்சையும் வீண்போக்காமல் இறைப்பெயருச்சரிப்போடு விடவேண்டும். அல்லது பிராணா யாமம் செய்து கொண்டிருக்க வேண்டும்” என்பதே. இந்த முறைகளைக் கடைப் பிடித்து வந்தால் பல நன்மைகள் உண்டாகும். பிராணாயாம முறைகளை நமது “சுவாசமே உயிர்” என்னும் நூலில் வகையாய்த் தெரிந்து கொள்ளலாம்.

வல்லாரையின் தனிமாண்பு.

முற்றும்.

☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺☺

அரசு மைய அச்சகம், சென்னை—600 079.